

**CONSEJERÍA DE EMPLEO, FORMACIÓN Y TRABAJO AUTÓNOMO**  
*Delegación Territorial de Córdoba*



# *Documento Técnico: Trabajos en Ambientes Calurosos*

*Centro de Prevención  
de Riesgos Laborales*

## EFFECTOS DEL CALOR EN EL ORGANISMO

El hombre necesita mantener una temperatura interna constante para desarrollar la vida normal. Para ello se poseen mecanismos fisiológicos que ésta se establezca a 37° C, y permanezca constante.

La actividad física humana genera calor, pero también lo tomamos del medio ambiente. El organismo utiliza sus mecanismos para evitar que haya problemas, pero a veces es insuficiente, cuando la actividad desarrollada es excesiva y el entorno muy caluroso.

La exposición prolongada a elevadas temperaturas puede suponer una agresión importante para el organismo.

Los efectos del calor se hacen notar cuando el cuerpo no puede adaptarse a las altas temperaturas y esta situación se mantiene de forma continuada durante varios días, en una atmósfera muy húmeda y sin viento.

Existen determinados colectivos que deben extremar precauciones ante las elevadas temperaturas, por ser especialmente frágiles ante el calor: personas mayores y niños; personas afectadas por alteraciones de memoria o dependientes en su vida diaria; aquellos que siguen determinados tratamientos médicos (tranquilizantes, antidepresivos, psicotropos, diuréticos y algunos hipotensores); personas con patologías crónicas (cardiovasculares, obesidad, desnutrición, diabetes, parkinson, insuficiencia respiratoria, insuficiencia renal o vascular periférica y demencias); las personas con fiebre o patologías agudas; los consumidores de sustancias tóxicas, alcohol u otras drogas, y todos aquellos que hayan manifestado dificultad de adaptación al calor.

Cuando el organismo no puede mantener su temperatura normal, siendo incapaz de rehidratarse, pueden aparecer distintas patologías:

### INSOLACIÓN:

Se produce después de una exposición prolongada y directa al sol, sobre todo entre las 11 y las 17 horas. Una insolación suele manifestarse por violentos dolores de cabeza, somnolencia, náuseas, pérdida de conocimiento, fiebre elevada y, en ocasiones, quemaduras en la piel. Para afrontar este problema de salud, es muy importante refrescar con aire o agua a la persona afectada.



**CALAMBRES POR CALOR:**

Son calambres musculares que a menudo aparecen acompañados de una transpiración excesiva. Para tratarlos es necesario cesar toda actividad y permanecer en reposo durante varias horas, en un entorno fresco, beber agua, zumos de fruta, etc. Si los síntomas persisten durante más de una hora, es recomendable consultar con los servicios de salud.

**AGOTAMIENTO-DESHIDRATACIÓN DEBIDO AL CALOR:**

Aparece después de sufrir varias jornadas de calor y experimentar una sudoración intensa durante todo este tiempo. Suele manifestarse con desvanecimientos, debilidad y cansancio, insomnio y agitación nocturna. En estos casos es necesario descansar en un entorno fresco, beber agua y zumos de fruta, y consultar con los servicios de salud si estos síntomas persisten o se agravan.

**AGRAVAMIENTO DE PATOLOGÍAS:**

Un calor excesivo puede derivar también en ciertos casos en un agravamiento y descompensación de las patologías crónicas que algunas personas padecen previamente.

**GOLPE DE CALOR:**

Es la patología que reviste una mayor gravedad, y es muy importante **NO CONFUNDIRLA** con el resto de las dolencias derivadas de las altas temperaturas ni utilizarla como sinónimo de cualquier trastorno provocado por este motivo. El golpe de calor se produce cuando el organismo no puede controlar ni regular su temperatura, que aumenta muy deprisa. Los síntomas son piel caliente, roja y seca, náuseas y sed intensa; somnolencia y/o agresividad inhabitual; obnubilación y pérdida de conciencia; y convulsiones. Ante la aparición de un golpe de calor es preciso solicitar asistencia médica urgente; mientras ésta llega, hay que colocar a la persona afectada en un entorno fresco y enfriarla con aire o agua fría, ya sea con una ducha o baño o mojando sus ropas. Los deportistas, trabajadores expuestos a temperaturas altas, bebés, personas mayores, discapacitados o enfermos crónicos son especialmente sensibles a los golpes de calor.



## RECOMENDACIONES PARA LA POBLACIÓN EN GENERAL

Ante la subida de temperaturas, existen algunos consejos sencillos de índole general que pueden ayudar a combatir los efectos del calor en el organismo:

- *Evitar las salidas y actividades físicas en las horas de más calor, especialmente entre las 11 y las 17 horas.*
- *Mantenerse a la sombra.*
- *Vestir ropa ligera y amplia (de algodón, por ejemplo), de color claro y llevar la cabeza protegida.*
- *Cerrar las ventanas y cortinas en las fachadas expuestas al sol. Mantener las ventanas cerradas mientras la temperatura exterior sea superior a la interior. Abrirlas de noche.*
- *Permanecer en las habitaciones más frescas del domicilio.*
- *Ducharse o bañarse varias veces para refrescar el cuerpo. Esto también puede conseguirse humidificando las ropas.*
- *Beber abundantes líquidos (agua, zumos...), incluso sin sed. No consumir bebidas alcohólicas.*
- *Tomar frutas y verduras.*
- *Consultar con el médico si se toman medicamentos o se perciben síntomas inhabituales.*



## FACTORES DE RIESGO:

Los principales factores de riesgo asociados con la exposición a olas de calor son:

### Factores personales

- Personas mayores, especialmente en el grupo de edad mayor de 65 años.
- Lactantes y menores de 4 años.
- Enfermedades cardiovasculares, respiratorias y mentales (demen-  
cias, parkinson).
- Enfermedades crónicas (diabetes mellitus), obesidad excesiva.
- Ciertos tratamientos médicos (diuréticos, neurolépticos anticoliné-  
rgicos y tranquilizantes).
- Trastornos de la memoria, dificultades de comprensión o de orienta-  
ción o poca autonomía en la vida cotidiana.
- Dificultades en la adaptación al calor.
- Enfermedades agudas durante los episodios de temperaturas excesivas.
- Consumo de alcohol y otras drogas.

### Factores ambientales, laborales o sociales

- Personas que viven solas, en la calle y/o en condiciones sociales y  
económicas desfavorecidas.
- Ausencia de climatización y viviendas difíciles de refrigerar.
- Exposición a temperaturas extremas por razones laborales (trabajo  
manual en el exterior o que exigen una elevado contacto con am-  
bientes calurosos), deportivas (deportes de gran intensidad física)  
o de ocio.
- Contaminación ambiental.
- Ambiente muy urbanizado.
- Exposición continuada durante varios días a elevadas temperaturas  
que se mantienen por la noche.

### Factores locales

Si bien los mecanismos anteriores actúan de forma general, los facto-  
res locales juegan un papel decisivo, ya que condicionan la tempera-

tura de confort, las temperaturas umbrales a considerar y la asociación temperatura-mortalidad, es decir la magnitud del impacto.

Los principales factores locales son:

- La demografía, que determina la composición de la pirámide de población, y por tanto, la importancia de los grupos susceptibles.
- La climatología, en la medida que los individuos se adaptan al clima local. Ello explica que el efecto de los extremos térmicos no dependa de valores absolutos, sino de que nos encontremos, o no, dentro del intervalo de normalidad de las temperaturas en un cierto lugar.
- El equipamiento doméstico y el nivel de renta, de los cuales depende la capacidad de las familias para afrontar situaciones de temperaturas excesivas.

## ACTIVIDAD LABORAL Y TEMPERATURAS ALTAS

La exposición al riesgo de estrés térmico genera problemas de salud para el trabajador expuesto (sudoración excesiva, afecciones cutáneas, disminución de capacidades físicas y mentales, golpe de calor); debiendo el empresario aplicar medidas preventivas para evitar esta situación:

- Evaluando las condiciones ambientales del centro de trabajo y las climáticas para puestos a la intemperie.
- Diseñar las instalaciones, procesos y equipos de trabajo considerando las temperaturas del entorno.
- Aplicar medidas organizativas para disminuir la exposición a ambiente caluroso



- Informar a los trabajadores sobre la carga de trabajo y el nivel de estrés por calor.
- Prever periodo de aclimatación.
- Utilizar ropa ligera y protección personal.
- Automatizar procesos, aislar fuentes de calor.
- Instalar ventiladores, aire acondicionado, extractores.
- Beber agua de forma periódica.
- Rotar en puestos con riesgo por el calor.
- Distribuir el volumen de trabajo en horas de menor calor (mañana y/o tarde).

Las condiciones climatológicas y la presencia de focos de calor en el seno del proceso productivo, determinan que el desarrollo de actividades laborales supongan un riesgo para la salud de los trabajadores expuestos a altas temperaturas de forma continuada, constituyendo, en caso de no adoptar las medidas preventivas adecuadas, una posible fuente de insatisfacción, penosidad, o estrés térmico, especialmente en trabajos a la intemperie y en periodo estival..

La radiación solar, la velocidad del aire y el grado de humedad son variables que influyen en la aparición de condiciones termohigrométricas en ambientes cálidos, en las que se realiza la actividad física o mental de los trabajadores.

El organismo humano desarrolla mecanismos fisiológicos para mantener la temperatura corporal en unos niveles adecuados, facilitando la pérdida de calor al medio externo mediante la sudoración y la radiación, fundamentalmente.

Para conseguir la temperatura idónea es básico mantener dentro de unos límites la temperatura de los lugares de trabajo, lo que facilita que los trabajadores conserven el equilibrio térmico durante la jornada.

Las formas de intercambio de calor entre el organismo y el medio ambiente de trabajo dependen de: temperatura



y velocidad del aire, temperatura húmeda, tipo de vestimenta y consumo metabólico del individuo. Pudiéndose concretar el proceso en la siguiente expresión:

### **Acumulación = Producción - Pérdida**

Un excesivo nivel de temperatura ambiental por exposición solar o emisión de calor en la propia actividad, que exija al organismo un esfuerzo reiterado por la utilización de estas facultades, siendo insuficiente para evitar la hipertermia, con origen en el exterior o en el propio metabolismo, lo que viene a provocar daño para la salud de los trabajadores que se manifiestan en síntomas con una gravedad variable según el tiempo de exposición y la insuficiencia para disipar el calor, pudiendo manifestarse como:

- Deshidratación.
- Trastornos psiconeuróticos.
- Eritema y sarpullido por calor.
- Calambres.
- Agotamiento.
- Golpe de calor - insolación.

## **MEDIDAS DE PREVENCIÓN**

Existen múltiples medios para reducir el estrés térmico. Todos se basan en principios simples, específicos para cada centro de trabajo y para cada actividad, necesitando para su puesta en marcha un estudio de las condiciones y puestos de trabajo.

El empresario está obligado a aplicar un plan de prevención en el que se concreten medidas para controlar el riesgo por exposición a ambiente caluroso. Las medidas preventivas que pueden aplicarse para:

### **Eliminar el riesgo**

- Sustituyendo los equipos que emiten calor.
- Alejamiento de los focos de calor.

### **Reducir el estrés térmico en centros de trabajo**

- Automatizar el proceso y la manutención.
- Limitar los esfuerzos físicos.
- Fraccionar los periodos de exposición, organizando pausas y periodos de reposo.

- Colocar pantallas aislantes.
- Suministrar la ropa adecuada.
- Ventilación general forzada o localizada.
- Acondicionar el aire suministrado al local.

#### Reducir la influencia térmica del clima

- Aislar térmicamente las paredes.
- Pintar de color claro el exterior.
- Colocar material reflectante u opaco.
- Equipar con persianas o toldos las áreas acristaladas.

#### Promover hábitos individuales

- Consumir bebidas no alcohólicas.
- Realizar una dieta ligera.
- Aclimatación paulatina al ambiente cálido.
- Proteger la cabeza con gorra o sombrero.
- Dormir las horas suficientes.
- Prever fuentes de agua próximas.
- Utilizar ropa amplia y ligera.
- Aplicarse cremas de protección.

La prevención de riesgos laborales por exposición a ambientes calurosos debe estar incluida en la evaluación y planificación de medidas que las empresas deben realizar en aplicación de la ley 31/1995, el RD 486/1997 sobre condiciones mínimas en lugares de trabajo y normativa técnica específica.

Deben estudiarse las quejas y observar individualizadamente el puesto, ya que aunque no sean relevantes las condiciones de calor, pueden darse problemas sobre el equilibrio térmico de carácter personal o especial sensibilidad.

Se adjuntan dos documentos relacionados con los efectos que sobre la población general provocan las altas temperaturas, indicando los niveles de alerta a considerar para los grupos de riesgo y el concepto de sensación térmica para aproximar el valor que marcan los termómetros con la temperatura "real" que percibe el organismo, teniendo en cuenta entre las condiciones atmosféricas existentes, la velocidad del aire y la humedad.

---

## ANEXO II

**“Vademécum REMER 2004”.** Documento publicado por la Dirección General de Protección Civil y Emergencias del Ministerio de Interior.

**Recopilación de términos usados en protección civil y materias afines, como herramienta de trabajo útil para los colaboradores que integran la Red de Radio de Emergencias**

### SENSACIÓN TÉRMICA

La Dirección General de Protección Civil ha recogido de los estudios técnicos publicados a nivel internacional, las tablas de valoración, para la población general, estableciéndose unos niveles de riesgo en función de la sensación térmica experimentada, según la temperatura ambiental, grado de humedad del aire y velocidad del viento.

En el verano, la humedad es el elemento que aumenta la sensación de bochorno. R.G. Stedman (USA) desarrolló el parámetro sensación térmica como efecto combinado de calor y la humedad, a partir de estudios sobre la fisiología humana y sobre la transferencia de calor entre el cuerpo, la vestimenta y el entorno.

Cuando la humedad es elevada, el valor de la sensación térmica excede al de la temperatura del aire. En este caso la sensación térmica cuantifica la dificultad que el organismo encuentra para disipar el calor producido por el metabolismo interno y la incomodidad asociada con una humedad excesiva. Si la humedad es baja, la sensación térmica es menor que la temperatura del aire. En este caso el parámetro mide el aumento de la sensación de bienestar, producido por un mayor enfriamiento de la piel debido a la mayor evaporación de la transpiración favorecida por la baja humedad del aire.

Cuando la temperatura es menor que 32°C (temperatura de la piel), el viento disminuye la sensación térmica. En cambio si la temperatura supera los 32° C la aumenta.

A continuación se presenta la tabla para calcular sensación térmica. Para leerla, con el valor de temperatura y el de humedad obtenga la sensación térmica por efecto de la misma. Luego calcule cuánto ha de sumarle o restarle a ese valor, de acuerdo a la velocidad del viento en la tabla de la derecha.

# **Tabla para calcular sensación térmica (ST) por efecto del calor y la humedad**

Se ingresa a la tabla con el valor de la temperatura del aire  
y el valor de la humedad relativa.

| TEMPERATURA<br>(° C) | HUMEDAD RELATIVA (%) |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |
|----------------------|----------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|
|                      | 0                    | 5  | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 55 | 60 | 65 | 70 | 75 | 80 | 85 | 90 | 95 | 100 |
| 20                   | 16                   | 16 | 17 | 17 | 17 | 18 | 18 | 19 | 19 | 19 | 19 | 19 | 20 | 20 | 20 | 21 | 21 | 21 | 21 | 21 | 21  |
| 21                   | 18                   | 18 | 18 | 19 | 19 | 19 | 19 | 19 | 20 | 20 | 20 | 20 | 21 | 21 | 21 | 22 | 22 | 22 | 22 | 22 | 23  |
| 22                   | 19                   | 19 | 19 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 21 | 21 | 21 | 21 | 22 | 22 | 22 | 22 | 23 | 23 | 23 | 23 | 24  |
| 23                   | 20                   | 20 | 20 | 20 | 21 | 21 | 22 | 22 | 22 | 23 | 23 | 23 | 23 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 25 | 25  |
| 24                   | 21                   | 21 | 22 | 22 | 22 | 22 | 23 | 23 | 23 | 24 | 24 | 24 | 24 | 25 | 25 | 25 | 25 | 26 | 26 | 26 | 26  |
| 25                   | 22                   | 23 | 23 | 23 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 25 | 25 | 25 | 26 | 26 | 26 | 27 | 27 | 27 | 28 | 28  |
| 26                   | 24                   | 24 | 24 | 24 | 25 | 25 | 25 | 26 | 26 | 26 | 26 | 27 | 27 | 27 | 27 | 28 | 28 | 29 | 29 | 29 | 30  |
| 27                   | 25                   | 25 | 25 | 25 | 26 | 26 | 26 | 27 | 27 | 27 | 27 | 28 | 28 | 29 | 29 | 30 | 30 | 31 | 31 | 31 | 33  |
| 28                   | 26                   | 26 | 26 | 26 | 27 | 27 | 27 | 28 | 28 | 28 | 29 | 29 | 29 | 30 | 31 | 32 | 32 | 33 | 34 | 34 | 36  |
| 29                   | 26                   | 26 | 27 | 27 | 27 | 28 | 29 | 29 | 29 | 29 | 30 | 30 | 31 | 33 | 33 | 34 | 35 | 35 | 37 | 38 | 40  |
| 30                   | 27                   | 27 | 28 | 28 | 28 | 28 | 29 | 29 | 30 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 39 | 40 | 41 | 45  |
| 31                   | 28                   | 28 | 29 | 29 | 29 | 29 | 30 | 31 | 31 | 31 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 39 | 40 | 41 | 45 | 45 | 50  |
| 32                   | 29                   | 29 | 29 | 29 | 30 | 31 | 31 | 33 | 33 | 34 | 35 | 35 | 37 | 39 | 40 | 42 | 44 | 45 | 51 | 51 | 55  |
| 33                   | 29                   | 29 | 30 | 30 | 31 | 33 | 33 | 34 | 34 | 35 | 36 | 38 | 39 | 42 | 43 | 45 | 49 | 49 | 53 | 54 | 55  |
| 34                   | 30                   | 30 | 31 | 31 | 32 | 34 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 41 | 42 | 44 | 47 | 48 | 50 | 52 | 55 |    |     |
| 35                   | 31                   | 32 | 32 | 32 | 33 | 35 | 35 | 37 | 37 | 40 | 40 | 44 | 45 | 47 | 51 | 52 | 55 |    |    |    |     |
| 36                   | 32                   | 33 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 39 | 39 | 42 | 43 | 46 | 49 | 50 | 54 | 55 |    |    |    |    |     |
| 37                   | 32                   | 33 | 34 | 35 | 36 | 38 | 38 | 41 | 41 | 44 | 46 | 49 | 51 | 55 |    |    |    |    |    |    |     |
| 38                   | 33                   | 34 | 35 | 36 | 37 | 39 | 40 | 43 | 44 | 47 | 49 | 51 | 55 |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 39                   | 34                   | 35 | 36 | 37 | 38 | 41 | 41 | 44 | 46 | 50 | 50 | 55 |    |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 40                   | 35                   | 36 | 37 | 39 | 40 | 43 | 43 | 47 | 49 | 53 | 55 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 41                   | 35                   | 36 | 38 | 40 | 41 | 44 | 45 | 49 | 50 | 55 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 42                   | 36                   | 37 | 39 | 41 | 42 | 45 | 47 | 50 | 52 | 55 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 43                   | 37                   | 38 | 40 | 42 | 44 | 47 | 49 | 53 | 55 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 44                   | 38                   | 39 | 41 | 44 | 45 | 49 | 52 | 55 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 45                   | 38                   | 40 | 42 | 45 | 47 | 50 | 54 | 55 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |

Una vez obtenido el valor de sensación térmica, calcule el incremento en base a la temperatura del aire y la velocidad del viento.

| Temperatura (°C) | Velocidad del viento menor a 12,5 km/h | Velocidad del viento entre 12,5 y 21,5 km/h | Velocidad del viento entre 21,5 y 36 km/h | Velocidad del viento entre 36 y 50 km/h | Velocidad de viento superior a 50 km/h |
|------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------|
| 20               | 0                                      | -1                                          | -3                                        | -4                                      | -4                                     |
| 21               | 0                                      | -1                                          | -3                                        | -4                                      | -4                                     |
| 22               | 0                                      | -1                                          | -2                                        | -3                                      | -4                                     |
| 23               | 0                                      | -1                                          | -2                                        | -3                                      | -4                                     |
| 24               | 0                                      | -1                                          | -2                                        | -3                                      | -4                                     |
| 25               | 0                                      | -1                                          | -2                                        | -3                                      | -4                                     |
| 26               | 0                                      | -1                                          | -2                                        | -3                                      | -3                                     |
| 27               | 0                                      | -1                                          | -2                                        | -3                                      | -3                                     |
| 28               | 0                                      | -1                                          | -2                                        | -3                                      | -3                                     |
| 29               | 0                                      | 0                                           | -1                                        | -2                                      | -3                                     |
| 30               | 0                                      | 0                                           | -1                                        | -2                                      | -2                                     |
| 31               | 0                                      | 0                                           | -1                                        | -2                                      | -2                                     |
| 32               | 0                                      | 0                                           | -1                                        | -1                                      | -1                                     |
| 33               | 0                                      | 0                                           | 0                                         | -1                                      | -1                                     |
| 34               | 0                                      | 0                                           | 0                                         | 0                                       | 0                                      |
| 35               | 0                                      | 0                                           | 0                                         | 0                                       | +1                                     |
| 36               | 0                                      | 0                                           | 0                                         | +1                                      | +1                                     |
| 37               | 0                                      | 0                                           | 0                                         | +1                                      | +2                                     |
| 38               | 0                                      | 0                                           | 0                                         | +1                                      | +2                                     |
| 39               | 0                                      | 0                                           | +1                                        | +2                                      | +2                                     |
| 40               | 0                                      | 0                                           | +1                                        | +2                                      | +3                                     |
| 41               | 0                                      | 0                                           | +1                                        | +2                                      | +3                                     |
| 42               | 0                                      | 0                                           | +1                                        | +2                                      | +3                                     |
| 43               | 0                                      | 0                                           | +1                                        | +2                                      | +3                                     |
| 44               | 0                                      | 0                                           | +1                                        | +2                                      | +3                                     |
| 45               | 0                                      | 0                                           | +1                                        | +2                                      | +3                                     |

El viento entonces remueve la capa de aire que rodea la piel, por lo que sirve para disminuir la sensación de calor siempre y cuando las temperaturas no superen la temperatura de la piel (32°C).

La forma más eficaz que tiene el cuerpo para perder calor es la transpiración. La transpiración se evapora consumiendo calor que cede nuestro cuerpo. Cuando la humedad es muy alta, la evaporación es menor y por lo tanto la sensación térmica aumenta. En tanto que, cuando la humedad es baja, aumenta la evaporación y por lo tanto nuestro cuerpo pierde calor y nuestra sensación térmica disminuye.

## EFECTOS PROVOCADOS POR EL CALOR

| CATEGORIA DEL PELIGRO | Sensación térmica ST en (°C) | Síndrome provocado por el calor                                                                   |
|-----------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| IV EXTREMO PELIGRO    | ST $\geq$ 55                 | Golpe de calor, insolación <b>inminentes</b> .                                                    |
| III PELIGRO           | 40 $\leq$ ST < 55            | Insolación, golpe de calor, calambres. Muy posibles por exposición prolongada o actividad física. |
| II PRECAUCION EXTREMA | 32 $\leq$ ST < 40            | Insolación, golpe de calor, calambres. Posibles por exposición prolongada o actividad física.     |
| I PRECAUCION          | 27 $\leq$ ST < 32            | Posible fatiga por exposición prolongada o actividad física.                                      |

## ANEXO IV

### BIBLIOGRAFÍA

- (1) "Plan Andaluz de Prevención contra los efectos del exceso de temperaturas sobre la Salud". Documento, Consejerías de Gobernación, Igualdad y Bienestar Social y Salud. 2007.
- (2) Berlango Jiménez A. "Patología por Calor". Documento del Master Regional de Urgencias y Emergencias. Facultad de Medicina. Universidad de Córdoba.
- (3) Rupérez Cantera I, Sepúlveda Moya D. "Temperatura y muerte en ancianos". Medicina Clínica 2004; 123 (1): 19-20.
- (4) "Impact sanitaire de la vague de chaleur d'août 2003 : premiers résultats et travaux à mener". BEH nº 45-46/2003.
- (5) Ballester Día F. "Meteorología y Salud". La relación entre la temperatura ambiental y la mortalidad. Rev Esp Salud Pública 1996; 70: 251-259.
- (6) Díaz Jiménez J, Linares Gil C, García Herrera R. "Impacto de las temperaturas extremas en la Salud Pública: Futuras actuaciones". Rev Esp Salud Pública 2005; 79: 145-147.
- (7) CDC. "Preguntas frecuentes relacionadas con el calor". Página web: [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)
- (8) Vogt J.-J. "Calor y frío de la Enciclopedia de Seguridad y Salud en el Trabajo". O.I.T.
- (9) Muñoz, R.; Pombo, J.M. "Riesgos medioambientales: El sol. Consejos sanitarios en urgencias". Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid.
- (10) Smith, D.W. "Trabajando en los ambientes calurosos". Sistema Universitario Texas A&M.
- (11) "Vademécum REMER 2004." Documento publicado por la Dirección General de Protección Civil y Emergencias del Ministerio de Interior.
- (12) Folleto informativo trabajos en ambientes calurosos. Medidas de protección. Comisión provincial de prevención de riesgos laborales de Córdoba. Julio 2006.



**Junta de Andalucía**

Centro de Prevención de Riesgos Laborales

**DELEGACIÓN TERRITORIAL DE EMPLEO, FORMACIÓN Y TRABAJO AUTÓNOMO DE CÓRDOBA**

*Avenida de Chinales, parcela 27*

*14071 Córdoba*

*Teléf. 957 01 58 00*

*Fax 957 01 58 01*

