



TREBALLS A LA INTEMPÈRIE

Alguns llocs de treball de l'Administració no desenvolupen les tasques a l'interior d'edificis o instal·lacions, sinó que les duen a terme a l'aire lliure (manteniment d'instal·lacions, jardineria, vigilants de seguretat, agents de medi ambient, etc...). Per això, estan sotmesos a una sèrie de riscos addicionals als propis de l'activitat desenvolupada.

FACTORS DE RISC:

1. Estrès tèrmic, enrampades i esgotament causats pels efectes patològics que es produeixen quan s'acumula calor excessiva en el cos, com a resultat de l'activitat física o de l'ambient que l'envolta (temperatura, humitat, càrrega solar i velocitat de l'aire).
2. Hipotèrmia per la realització de les tasques a baixes temperatures.
3. Cremades o congelació de les parts del cos exposades a fred intens (nas, galtes, orelles i mans)

MESURES PREVENTIVES:

Mesures preventives en el **treball a la intempèrie l'estiu**:

- Evita l'exposició solar directa damunt el cap i el cos mitjançant l'ús de capells, ombrell·les o roba adequada, si escau.
- Beu aigua o begudes isotòniques amb freqüència encara que no tenguis set, per reposar l'aigua i les sals perdudes en suar. No ingereixis alcohol ni cafè o begudes amb cafeïna.
- Evita fer menjars copiosos i amb greix.
- Procura desenvolupar les tasques de més esforç físic fora de l'horari de màxima càrrega solar.
- Usa crema solar amb factor de protecció alt.

Mesures preventives en el **treball a la intempèrie l'hivern**:

- Utilitza la roba adequada a les condicions climatològiques. Per això, usa la roba establerta per a treballs a la intempèrie.
- Mantén la pell seca. La pell mullada es congela més aviat que la pell seca.
- Pren aigua i begudes temperades de forma regular per evitar la deshidratació. Recorda la prohibició de beure alcohol. A més, evita prendre cafè i altres begudes amb cafeïna, ja que un ús inadequat augmenta el metabolisme i produeix una pèrdua de calor.
- És important informar-se de les condicions meteorològiques i estar atent a les indicacions que vagi donant l'autoritat competent. Les emergències es classifiquen en tres nivells: groc, taronja i vermell, en funció de la gravetat i de menys a més.
- En el cas de vents forts, comprova periòdicament que els elements situats en terrasses i façanes del centre estan ben subjectes. És convenient allunyar-se de cornises, marquesines, murs, arbres, finestres i vidres que puguin arribar a caure o desprendre's. Evita la realització de treballs que puguin veure's afectats notablement pel vent (treballs en altura per exemple)
- No pugis a bastides, escales i altres elements que puguin veure's desplaçats per l'efecte del vent.
- Davant la predicció de vendavals cal procurar evitar els desplaçaments per carretera i, si és necessari fer-los, extremar les precaucions per la possible presència d'obstacles en la via.