



<https://www.ugt.es/>

junij 2023

Konvencionalne klavzule o zdravju in varnosti pri delu

https://www.ugt.es/sites/default/files/clausulas_convencionales_en_materia_de_seguridad_y_salud_laboral_jun2023.pdf

Sekretariat UGT za zdravje in varnost pri delu

PRILOGA I

VZOREC PROTOKOLA O UKREPANJU ZA DELA NA PROSTEM MED VROČINSKIMI VALOVI IN OBDOBJIH VISOKIH TEMPERATUR

Področje uporabe

Protokol ukrepov se uporablja za določena delovna mesta ali delovne prostore (navedite delovno mesto, območje, delovno mesto itd.), kjer se pojavljajo zelo visoke temperature.

Za delovna mesta v zaprtih prostorih je treba upoštevati določbe kraljevega odloka 486/1997 z dne 14. aprila 1997, ki določa minimalne zdravstvene in varnostne zahteve za delovna mesta.

Protokol je aktiven vse leto in se vsako leto pred začetkom poletnega obdobja pregleda, da se prilagodi spreminjajočim se vremenskim razmeram, razen če se pojavijo nepredvidene izredne razmere, ki se pregledajo takoj.

V skladu s kraljevim zakonskim odlokom št. 4/2023 z dne 11. maja 2023 je treba pri delu na prostem in na delovnih mestih, ki jih ni mogoče ograditi, sprejeti ustrezne ukrepe za zaščito delavcev pred neugodnimi vremenskimi razmerami.

V primerih, ko zaščite delavca ni mogoče zagotoviti, je prepovedano opravljati določene naloge v urah dneva, ko so neugodne vremenske razmere. V takšnih primerih se delavcem, ki jih ta ukrep prizadene, plača ne zmanjša.

Učinki izpostavljenosti visokim temperaturam na zdravje

Človeško telo ima povprečno temperaturo 37 °C. Ta temperatura se zaradi termoregulacijskih mehanizmov, kot sta znojenje in periferna vazodilatacija, skoraj ne spreminja. Ko telesna temperatura preseže 38 °C, lahko pride do poškodb zdravja, kot je dehidracija, od 40,5 °C naprej pa lahko pride do poškodb zdravja. Telesna temperatura 40,5 °C in več vodi v smrt.

Upoštevati je treba, da lahko nekatere kronične bolezni, zdravljenje, starost ali biološko stanje dekompenzirajo mehanizme termoregulacije. Nosečnice veljajo tudi za posebej občutljive na vročino.

Po drugi strani pa lahko vplivajo tudi značilnosti dela, zlasti utrujenost in fizični napor, trajanje izpostavljenosti visokim temperaturam, delovni pogoji ali organizacija dela.

Izpostavljenost previsokim temperaturam lahko povzroči izčrpanost, vročinsko sinkopo, krče, dehidracijo, vročinski udar, vročinsko izčrpanost ali kožna obolenja.

V naši državi vsako poletje zaradi vročine umrejo ljudje v nesrečah pri delu, zato je pomembno, da sprejmemo ukrepe za preprečevanje tovrstnih nesreč.

V skladu s "Protokolom za delo v času visokih temperatur", ki ga je pripravil INVASSAT: *"Tveganje je treba šteti za visoko, če temperature v senci presegajo 30 °C. Tveganje se poveča, ko vlažnost zraka preseže 70 %. Podobno velja za nočne temperature nad 25 °C"*.

Vremenska opozorila

Državna meteorološka agencija (AEMET) izdaja opozorila za neugodne meteorološke pojave vključno z najvišjimi temperaturami in vročinskimi valovi. Opozorila so razdeljena na stopnje glede na možnost doseganja določenih mejnih vrednosti. Podjetje bo pozorno spremljalo opozorila in temperature, ki bodo dosežene na različnih delovnih območjih.

Poimenovanja, pomeni in priporočila za prebivalstvo glede stopenj pripravljenosti so naslednji:

- **Rumena:** Za splošno populacijo ni vremenskega tveganja, čeprav obstaja tveganje pri nekaterih posebnih dejavnostih. Priporočilo: Spremljajte najnovejšo vremensko napoved. Nekatere dejavnosti na prostem se lahko spremenijo.
- **Oranžna:** Obstaja velika vremenska nevarnost (nenavadni vremenski pojavi z določeno stopnjo nevarnosti za običajne dejavnosti). Priporočilo: Sprejmite previdnostne ukrepe in se seznanite z najnovejšo vremensko napovedjo. Običajne dejavnosti in dejavnosti na prostem so lahko motene.
- **Rdeča:** Meteorološko tveganje je izjemno (nenavadni vremenski pojavi, izjemne jakosti in z zelo visoko stopnjo tveganja za prebivalstvo). Priporočilo: Sprejmite preventivne ukrepe in ukrepajte v skladu z navodili organov. Bodite obveščeni o najnovejših vremenskih napovedih. Običajne dejavnosti so lahko resno motene. Ne potujete, razen če je to nujno potrebno.

Naslednja tabela, ki jo je pripravil AEMET¹ prikazuje toplotne občutke zaradi vročine in tveganje za nastanek bolezni, patologij, povezanih z izpostavljenostjo visokim temperaturam. Te informacije bodo upoštevane pri organizaciji in določanju preventivnih ukrepov.

¹ Španska državna vremenska agencija

TABELA VREDNOSTI TOPLOTNEGA INDEKSA (HEAT INDEX)

		TEMPERATURA ZRAKA V STOPINJAH CELZIJA																		
		27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	
RELATIVNA VLAŽNOST (V %)	45	27	28	29	30	32	33	35	37	39	41	43	46	49	51	54	57	61	64	
	50	27	28	30	31	33	34	36	38	41	43	46	49	52	55	58	62			
	55	28	29	30	32	34	36	38	40	43	46	48	52	55	59	62				
	60	28	29	31	33	35	37	40	42	45	48	51	55	59	63					
	65	28	30	32	34	36	39	41	44	48	51	55	59	63						
	70	29	31	33	35	38	40	43	47	50	54	58	63							
	75	29	31	34	36	39	42	46	49	53	58	62								
	80	30	32	35	38	41	44	48	52	57	61									
	85	30	33	36	39	43	47	51	55	60	65									
	90	31	34	37	41	45	49	54	58	64										
	95	31	35	38	42	47	51	57	62											
100	32	36	40	44	49	54	60													

Previdnost	27 a 32	Možna utrujenost zaradi dolgotrajne izpostavljenosti ali fizične aktivnosti
Skrajna previdnost	33 a 40	Vročinska kap, toplotni udar, vročinski krči. Možno zaradi dolgotrajne izpostavljenosti ali fizične aktivnosti.
Nevarnost	41 a 53	Vročinska kap, toplotni udar, vročinski krči. Zelo možno zaradi dolgotrajne izpostavljenosti ali telesne dejavnosti.
Skrajna nevarnost	54 ó más	Toplotni udar, neizbežna vročinska kap

Zadrževanje na soncu lahko poveča vrednosti toplotnega indeksa za 8 °C.

Ko je temperatura nižja od 32 °C (temperatura kože), veter zmanjša občutek toplote. Če je temperatura višja od 32 °C, ga poveča.

Organizacija dela

Glede na temperaturo mora podjetje sprejeti vrsto preventivnih ukrepov in organizacijskih sprememb za zagotavljanje zdravja in varnosti delavcev.

V nadaljevanju je seznam ukrepov, ki jih je treba uporabiti glede na temperaturo, pri kateri se izvaja delo:

PREVIDNOSTNI UKREPI od 27 °C do 32 °C:

- Uvajajte redne odmore z obveščanjem na ustrezen način, najmanj 10 minut vsako uro, ali pa dovolite delavcem, da si odmore vzamejo glede na svoje potrebe.
- Izogibajte se delu na samem.
- Zagotovite hladne, zasenčene prostore za počitek.
- Zagotovite zadostno količino sveže vode.
- Delovna oblačila naj bodo lahka, da olajšajo potenje, zagotovite sončna očala in zaščito pred soncem.
- Namestite prenosne šotore ali dežnike pri tistih delih, pri katerih se mora delavec več kot pol ure nahajati na mestu, ki je izpostavljeno vročini.

- Premikajte se, da se izognete območjem, kjer je vročina največja.
-

IZJEMNA PREVIDNOST PRI TEMPERATURAH OD 33 °C DO 40 °C:

- Vsaj 10 minut vsako uro: uvedite redne odmore z obveščanjem osebja na ustrezen način ali omogočite delavcem, da si vzamejo odmor v skladu s svojimi potrebami.
 - Izogibajte se delu na samem.
 - Zagotovite hladne, zasenčene prostore za počitek.
 - Zagotovite zadostno količino sveže vode in fiziološke raztopine.
 - Delovna oblačila morajo biti lahka, da olajšajo potenje, zagotovite sončna očala in zaščito pred soncem.
 - Namestite prenosne šotore ali dežnike pri tistih delih, pri katerih se mora delavec več kot pol ure nahajati na mestu, ki je izpostavljeno vročini.
 - Vzpostavite programe aklimatizacije glede na fizični napor, ki ga zahteva delo.
 - Omejite fizično delo in zagotovite pripomočke za zmanjšanje fizičnega napora.
 - Uporabljajte samo klimatizirana vozila.
 - Organizacija dela: prilagodite urnike tako, da se izogibate najbolj vročim uram, najbolj naporne naloge opravite v najhladnejših urah, premikajte se, da se izognete območjem, kjer je vročina največja, in se izogibate območjem z najvišjimi temperaturami.
-

NEVARNO od 41 °C do 53 °C:

- Zmanjšanje delovnega časa in trajanja izpostavljenosti visokim temperaturam med delovnim dnevom.
 - Delo se bo izvajalo le v jutranji izmeni in v urah z najnižjimi temperaturami, pri čemer se prilagodi čas začetka in konca dela ter se izogne najbolj vročim uram.
 - Določite redne odmore, o katerih obvestite osebje na ustrezen način, in sicer najmanj 15 minut vsako uro, ali pa delavcem omogočite, da si odmore vzamejo v skladu s svojimi potrebami. - Izogibajte se delu na samem.
 - Uporabljati je treba le klimatizirana vozila.
 - Zagotovite hladna in senčna mesta za počitek.
 - Zagotovite zadostno količino sveže vode in fiziološke raztopine.
 - Delovna oblačila naj bodo lahka, da olajšajo znojenje, zagotovite sončna očala in zaščito pred soncem.
 - Namestite prenosne šotore ali dežnike pri tistih delih, pri katerih se mora delavec več kot pol ure nahajati na mestu, ki je izpostavljeno vročini.
 - Vzpostavite programe aklimatizacije glede na fizični napor, ki ga zahteva delo.
 - S službo za preprečevanje poklicnih tveganj se dogovorite o temperaturi, pri kateri se delovna aktivnost prekine, in o najdaljšem času izpostavljenosti visokim temperaturam.
-

OPOMNIK:

Kot je navedeno na začetku tega protokola, je v primerih, ko državna meteorološka agencija ali ustrežni regionalni organ v primeru avtonomnih skupnosti, ki imajo takšno službo, izda oranžno ali rdeče opozorilo o neugodnih vremenskih pojavih in zgoraj navedeni preventivni ukrepi ne zagotavljajo zaščite delavcev, je obvezna prilagoditev delovnih pogojev, vključno s skrajšanjem ali spremembo ur predvidenega delovnega dne.

Preventivni ukrepi torej vključujejo prepoved opravljanja določenih nalog v urah dneva, ko se pojavijo neugodne vremenske razmere, v primerih, ko zaščite delavca ni mogoče zagotoviti na noben drug način. V takšnih primerih se delavcem, ki jih ta ukrep prizadene, plača ne sme zmanjšati.

Zdravstveni nadzor in delavci, ki so posebej občutljivi na izpostavljenost visokim temperaturam.

Podjetje bo zagotovilo poseben zdravstveni nadzor za delavce, ki so izpostavljeni visokim temperaturam.

Zdravstvena služba znotraj Službe za preprečevanje poklicnih tveganj bo ocenila prisotnost delavcev, ki so posebej občutljivi na izpostavljenost visokim temperaturam, in izdala poročilo, ki bo vključevalo ukrepe za preprečevanje, prilagajanje in zaščito. Podjetje bo nemudoma poskrbelo za potrebe, ki jih bo podrobno opredelila zdravstvena služba službe za preprečevanje tveganj pri delu, da bi se izognili nezgodam pri delu.

Med osebami, ki so posebej občutljive na izpostavljenost visokim temperaturam, so osebe s srčno-žilnimi ali dihalnimi težavami, diabetiki, debeli ljudje, starejši od 55 let in nosečnice.

Informacije in usposabljanje o varnosti in zdravju pri delu pri visokih temperaturah:

Podjetje pred začetkom dela obvesti in usposobi delavce, ki bodo izpostavljeni visokim temperaturam.

Informacije se delavcem redno pošiljajo v poletnem obdobju, usposabljanje pa se ponovi vsako leto.

Pomembno je, da so delavci seznanjeni s simptomi, ki jih lahko povzroči delo pri visokih temperaturah, da se lahko hitro odzovejo v primeru okvare zdravja.

Informacije za delavce bodo vključevale naslednja priporočila:

- Pred, med in po delovnem dnevu pijte veliko vode.
 - Uravnotežena prehrana, bogata z mineralnimi solmi, izogibajte se preobilnemu uživanju hrane.
 - Ne pijte alkohola, saj povečuje izgubo vode in pospešuje dehidracijo.
 - Nosite lahka oblačila.
 - Pri delu na soncu si pokrijte glavo, uporabljajte zaščito pred soncem in sončna očala.
 - Če je mogoče, poskušajte delati v senčnih prostorih.
 - Bodite pozorni na spremembe svojega zdravstvenega stanja in zdravstvenega stanja sodelavcev.
 - Podjetje obvestite o težavah z oskrbo z vodo ali če je delovna obleka neprimerna.

 - Med delovnim dnevom si pogosto vzemite odmor, da si opomorete.
 - Hitrost dela prilagodite svoji toleranci na vročino.
 - Če se počutite slabo, takoj pokličite zdravniško pomoč. Ne nadaljujte z delom ali vožnjo.
-

Na voljo bodo tudi informacije o tem, kako prepoznati vročinski udar, in osnovna prva pomoč:

Vročinski udar je najhujši učinek, ki ga lahko doživi telo, kadar je izpostavljeno hudi vročini. Ob izpostavljenosti vročini se telesna temperatura nenadzorovano dvigne in povzroči poškodbe tkiva. Poleg tega povzroči okvare centralnega živčnega sistema in normalnega mehanizma za uravnavanje temperature, tako da se telesna temperatura še dodatno dvigne na več kot 40 °C. Sprva se poveča znojenje, vendar se ob povišanju temperature koža izsuši in segreje, tako da se ob dehidraciji znojenje ustavi, pojavijo se krči, pospeši se frekvenca srca in dihanja ter pojavijo se motnje zavesti.

Simptomi vročinskega udara:

- utrujenost, močna žeja in pomanjkanje znojenja.
- vroča in suha koža
- omotica in vrtoglavica
- bledica
- duševna zmedenost
- slabost in bruhanje - utripanje srca
- kratka sapa
- mišični krči
- epileptični napad

Prva pomoč v primeru vročinskega udara:

1. Osebo postavite na hladno in prezračevano mesto.
2. Na čelo in zapestja žrtve nanesite obkladke s hladno vodo.
3. Žrtev ohladite s pomočjo ventilatorja.
4. Ne preprečujte krčev, saj gre za obrambni mehanizem za odstranjevanje toplote, in bi to lahko povzročilo poškodbe mišic.
5. Žrtvino glavo dvignite na mehak material, da v primeru epileptičnega napada ne bo utrpela udarcev.

Vsebuje tudi informacije o pravicah delavcev in obveznostih podjetja.

PREPREČEVANJE TOPLOTNEGA STRESA NA DELOVNEM MESTU

PRAVICE DELAVCEV

1. Pred delom v ekstremnih temperaturah zaradi visokih temperatur morajo biti seznanjeni s poklicnimi tveganji.
2. Pomembno je, da so delavci obveščeni o simptomih dela pri visokih temperaturah, da jih lahko prepoznajo in se ustrezno odzovejo, preden poškodbe postanejo hude ali celo nepopravljive.
3. Pri delu na prostem je treba glavo zaščititi pred soncem in pogosto piti vodo.

OBVEZNOSTI PODJETJA

1. Ocenite tveganje izpostavljenosti ekstremnim temperaturah in toplotnemu stresu ter izvedite preventivne ukrepe.
2. Usposabljanje in obveščanje delavcev o tveganjih pri delu pri ekstremnih temperaturah in/ali toplotnih obremenitvah.
3. Delo organizirajte tako, da se izognete ali zmanjšate fizične napore v osrednjih urah dneva, ko je vročina največja.
4. Naloge načrtujte tako, da boste čez dan pogosto počivali.
5. Pri delu na prostem zagotovite zaščitne kreme, sončna očala in lahka delovna oblačila.

6. Namestite senčilo in zagotovite pitno vodo za delo na prostem.
7. V zaprtih delovnih prostorih, kjer se opravlja sedeče delo v pisarnah ali podobnih prostorih, mora biti temperatura med 17° in 27 °C. Poleti mora biti optimalna temperatura med 23 °C in 26 °C.
8. Temperatura v zaprtih prostorih, kjer se opravlja lažje delo, mora biti med 14° in 25 °C. Optimalna temperatura poleti mora biti med 21 °C in 25 °C.
9. Poleti je morda treba povečati vlažnost v zaprtih prostorih na relativno vlažnost med 30 % in 70 %.