

CÁPSULA LABORAL

ALTAS TEMPERATURAS EN EL TRABAJO: ¿QUÉ MEDIDAS DEBEN ADOPTAR LOS EMPLEADORES?

Las altas temperaturas pueden representar un riesgo para la salud de los trabajadores, especialmente para quienes realizan labores al aire libre, en ambientes poco ventilados o que requieren esfuerzo físico. La exposición excesiva al calor puede ocasionar **deshidratación, agotamiento, mareos e incluso golpes de calor**, por lo que resulta importante adoptar medidas preventivas.

En ese contexto, el **Protocolo de Seguridad y Salud en el Trabajo ante el Fenómeno El Niño**, aprobado mediante Resolución Ministerial N° 341-2026-TR, brinda recomendaciones para prevenir el estrés térmico. Estas se enmarcan en el deber de prevención establecido en la Ley N° 29783 y su Reglamento, aprobado mediante Decreto Supremo N° 005-2012-TR.

¿Qué medidas deberían implementar las empresas?

Entre otras, las medidas preventivas que podrían implementarse, según los riesgos identificados y las condiciones de trabajo, son las siguientes:

Medida Preventiva	¿Que implica en la práctica?
Hidratación	Garantizar el acceso a agua potable fresca durante la jornada.
Pausas de recuperación	Establecer descansos en ambientes frescos o bajo sombra.
Ventilación	Mejorar la circulación del aire y reducir la acumulación de calor.
Organización del trabajo	Evaluar ajustes de horarios, rotación de tareas y reducción de la exposición al calor.
Adaptación progresiva	Facilitar que los trabajadores nuevos o que retornan se adapten gradualmente a las condiciones de calor.
Capacitación	Informar sobre los síntomas de alerta y cómo actuar ante una emergencia por calor.

¿Cómo se evalúa la exposición al calor?

La Resolución Ministerial N° 375-2008-TR, que aprueba la Norma Básica de Ergonomía y de Procedimiento de Evaluación de Riesgo Disergonómico, contempla la evaluación del ambiente térmico mediante el índice WBGT (VVest Bulb Globe Temperatura).

Este indicador permite evaluar el riesgo considerando factores como la temperatura, la humedad y la radiación térmica. Su interpretación también debe tener en cuenta el esfuerzo físico que exige la actividad y las condiciones de exposición del trabajador.

Por ello, no basta con revisar la temperatura ambiental. Cuando las condiciones de trabajo lo requieran, las empresas deberán coordinar con el área de SST la evaluación técnica correspondiente para determinar si las medidas de prevención son suficientes.

Para las áreas de Recursos Humanos y SST, el primer paso consiste en identificar los puestos con mayor exposición al calor, revisar los riesgos contemplados en la matriz IPERC y verificar que existan medidas de protección adecuadas a las condiciones de trabajo.



En caso tenga alguna consulta,
puede contactar con: Carlos Margary
cmargary@srpmlegal.pe

SALAS RIZO PATRON & MARGARY ABOGADOS