

## Ola de calor: las obras empiezan a las 6 de la mañana, paran cada hora para beber y acaban a las 14 horas

Las empresas constructoras de la provincia ponen en práctica un operativo especial y en algunas obras hay una persona dedicada a mantener y servir el agua fresca en todo momento

2

F. J. Benito

26-07-22 | 10:54 | Actualizado a las 23:55



Trabajadores colocando los forjados en un edificio en obras en Alicante ÁXEL ÁLVAREZ

Las empresas constructoras que trabajan al aire libre en la provincia de Alicante han puesto en marcha un operativo especial para afrontar las jornadas asfixiantes que está dejando la ola de calor en la provincia. Así como los agricultores paran a las 12 del mediodía para **evitar los golpes de calor** a pie de bancal, la patronal de Obra Pública ha puesto en marcha sus propias medidas de autoprotección para velar por la seguridad sanitaria de sus trabajadores.

### RELACIONADAS

La ola de calor da un respiro hasta el domingo pero deja sensaciones térmicas de 51 grados en la franja litoral

Elche y la pedanía oriolana de San Bartolomé alcanzan los 46 grados: la temperatura máxima desde que hay registros

De entrada, la **jornada arranca a las 6 de mañana y finaliza a las 14 horas**, en cada obra hay una persona encargada de facilitar agua fresca a sus compañeros, se han habilitado duchas en la medida de lo posible -no es lo mismo trabajar asfaltando que en la construcción de un edificio-. Existen zonas de sombra y también la pausa para la hidratación: más o menos cada hora de trabajo al aire libre tiene un descanso de diez minutos a la sombra para beber agua y darse un respiro, según apuntan desde la Federación de Obra Pública.

**La ola de calor sahariano** da a partir de hoy un respiro a la provincia y las máximas no superarán los **34 grados**, doce menos que ayer, en una situación que se prolongará hasta el fin de semana, ya que agosto llega con la tercera ola del verano. Con todo, en la franja costera de la provincia las noches van ser bochornosas debido al alto grado de humedad. De hecho, el Laboratorio de Climatología de la Universidad de Alicante ha constatado que en la franja litoral se están viviendo, por la humedad situaciones tan “africanas” como el cuerpo humano está expuesto a sensaciones térmicas de 51 grados. Se dio, por ejemplo, a última hora de la tarde de ayer, cuando en Alicante el termómetro marcaba 37 grados y un 60% de humedad, lo dispara la sensación térmica a esos 51 grados.

El **golpe de calor requiere tratamiento de urgencia**. Sin tratar puede dañar rápidamente el cerebro, el corazón, los riñones y los músculos. El daño empeora cuanto más se retrasa el tratamiento, lo que aumenta el riesgo de sufrir complicaciones graves o la muerte.



Alarma en el campo de Alicante: la ola de calor amenaza con quemar la uva de mesa y las hortalizas

F. J. Benito

Entre los consejos, hay que evitar la exposición al sol en las horas centrales del día (de 12 a 17 horas) y, en general, evitar exposiciones prolongadas o dormirse al sol. Si se nota **cansancio o mareo, retirarse a un lugar fresco o ventilado y aflojarse la ropa**.



Un operario de la construcción se refresca durante un pausa en su trabajo este martes ÁXEL ÁLVAREZ

Para mantener constante la temperatura interna del cuerpo ( $37\text{ °C} \pm 1\text{ °C}$ ), **el ser humano dispone de una serie de mecanismos físicos y fisiológicos** que regulan su temperatura, mediante los que se consigue producir o perder calor para adaptarse a las condiciones ambientales, incluso cuando son extremas: se dilatan los vasos sanguíneos de la piel, que dirige la sangre hacia la

superficie corporal (por eso la piel se enrojece) y se estimulan las glándulas sudoríparas, que aumentan la sudoración, disipando el calor.



Sin embargo, si **la actividad física realizada es intensa y el ambiente de trabajo muy caluroso** esos mecanismos pueden ser insuficientes, produciéndose una descompensación de la temperatura interna como consecuencia de la acumulación del calor.



A más de 30 grados en el Hospital General por problemas con el aire acondicionado en plena ola de calor  
Alejandro J. Fuentes

La **Fundación Laboral de la Construcción** sostiene que teniendo en cuenta la gran cantidad de trabajos que se ejecutan a la intemperie en el sector de la construcción y la magnitud de los daños que el calor puede producir, es imprescindible considerar las condiciones ambientales como **factores de riesgo a incluir en la gestión preventiva** de las obras y desarrollar planes de acción para mitigar sus consecuencias negativas.





La construcción ha programado la jornada intensiva de 6 a 14 horas para evitar las horas más sofocantes del día ÁXEL ÁLVAREZ

#### TE PUEDE INTERESAR:

##### SOCIEDAD

Qué es un domo de calor y qué tiene que ver con las temperaturas extremas

##### ALICANTE

Previsión para hoy en Alicante: temperatura, sensación térmica, humedad y estado de las playas

##### MASCOTAS

El truco para evitar que tu perro se queme las patas con la ola de calor

Las intervenciones de la empresa deben dirigirse a implantar, principalmente, medidas de tipo organizativo. Entre las principales acciones a llevar a cabo, se encuentran: Gestionar un proceso de aclimatación progresiva de los trabajadores, para aumentar su tolerancia al calor. **Proporcionar agua con regularidad**, en lugares fácilmente accesibles y garantizar su reposición.

**Reducir la carga física del trabajo**, limitando ciertas tareas en el horario de mayor estrés térmico, repartiendo las tareas con mayores exigencias físicas, facilitando medios mecánicos para evitar esfuerzos. Programar descansos de forma periódica. Habilitar zonas con sombra y locales climatizados. Adaptar los horarios de trabajo, considerando, por ejemplo, iniciar la jornada más temprano.