

# MÉTODO PARA LA EVALUACIÓN DE RIESGOS Y MOLESTIAS DE TIPO TÉRMICO

## FICHA 1: RECOGIDA DE INFORMACIÓN SOBRE LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN LOS RIESGOS/ MOLESTIAS DE TIPO TÉRMICO

Área de trabajo..... Puesto : ..... Época: .....

Factor	Fuentes u origen	Medidas de prevención existentes	Puntuación
Temperatura del aire			
Humedad del aire			
Radiación térmica			
Corrientes de aire			
Carga física de trabajo			
Ropa			
Opinión de los trabajadores			

## FICHA2: ESCALAS DE PUNTUACIÓN DE LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN LOS RIESGOS/ MOLESTIAS DE TIPO TÉRMICO

FACTOR	PUNTUACIÓN	SIGNIFICADO
Temperatura del aire	- 3	por debajo de 0 °C
	- 2	generalmente está entre 0 °C y 10 °C
	- 1	generalmente está entre 10 °C y 18 °C
	0	generalmente está entre 18 °C y 25 °C
	1	generalmente está entre 25 °C y 32 °C
	2	generalmente está entre 32 °C y 40 °C
	3	generalmente es mayor de 40 °C
Humedad del aire	- 1	sequedad de garganta, nariz y ojos a las 2-3 h de exposición
	0	normal, como en el exterior
	1	piel húmeda
	2	piel empapada
Radiación térmica	- 1	sensación de frío en cara/ manos a los 2-3 min de exposición
	0	sin radiación térmica perceptible
	1	sensación de calor en cara/ manos a los 2-3 min de exposición
	2	imposible de soportar en cara/ manos más de 2 min
	3	sensación de quemadura inmediata
Corrientes de aire	- 2	fuertes y de aire frío (puertas abiertas en invierno)
	- 1	ligeras y de aire frío (ventanas abiertas en invierno)
	0	inexistentes
	1	ligeras y de aire caliente (como en verano)
	2	fuertes y de aire caliente (corrientes convectivas en hornos)
Carga física (consumo metabólico)	0	trabajo de tipo sedentario, trabajo sin esfuerzo físico importante, desplazamientos ocasionales a velocidad normal,
	1	trabajo ligero o moderado con los brazos o piernas: empujar o arrastrar objetos ligeros
	2	trabajo intenso con los brazos y el tronco: palear material pesado, serrar, andar rápidamente, andar con objetos pesados
	3	trabajo muy intenso realizado a gran velocidad: subir escaleras o escalas (el trabajador se cansa mucho en poco tiempo)
Ropa	0	ligera, flexible, no interfiere con el trabajo, ropa ordinaria
	1	larga, más pesada, interfiere algo con el trabajo
	2	ropa especial, amplia, pesada, especial contra la radiación, humedad o temperaturas bajas
	3	traje completo con guantes, capucha y calzado especial
Opinión de los trabajadores	- 3	tiritonas, gran malestar por frío en todo el cuerpo
	- 2	malestar por frío localizado (manos, pies, piernas); sensación de frío en todo el cuerpo
	- 1	ligera sensación de frío
	0	ausencia de malestar
	1	sudoración ligera y malestar ligero por calor, apetencia de bebidas frías y de sombras
	2	sudoración importante, sed intensa, ralentización del trabajo
	3	sudoración excesiva, trabajo muy cansado, ropa especial, frecuencia cardiaca alta, en algunos casos síncope, calambres, quemaduras

**FICHA 3: PUNTUACIONES GLOBALES DE LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN  
LOS RIESGOS/ MOLESTIAS DE TIPO TÉRMICO**

Área de trabajo: .....							
Puesto:.....			Época:.....				
FACTORES	PUNTUACIONES						
	-3	-2	-1	0	1	2	3
Temperatura del aire							
Humedad del aire							
Radiación térmica							
Corrientes de aire							
Carga física							
Ropa							
Opinión de los trabajadores							

**OBSERVACIONES:**

.....

.....

.....

.....

.....

.....