

AMBIENTE TERMICO



El ambiente térmico en el centro laboral, resulta determinante para crear las condiciones óptimas para lograr maximizar el rendimiento de los trabajadores, ya que el valor de las diferentes variables termo higrométricas, en combinación con la intensidad empleada para el desarrollo de las actividades o tareas en el trabajo, influenciada por el tipo de indumentaria y las características individuales de cada trabajador, llegan a crear los diferentes grados de adaptabilidad al ambiente térmico.

De este modo el ambiente térmico del lugar de trabajo resulta un factor fundamental para mejorar la adaptabilidad del trabajador a su puesto de trabajo, ya que un ambiente poco favorable influye negativamente en el bienestar de los trabajadores, generando una disconformidad de parte de ellos. Como se dijo, ambiente térmico inadecuado y hostil origina una reducción significativa del rendimiento físico y mental, logrando una alarmante disminución de la productividad, distrayendo constantemente al trabajador, por las molestias generadas, lo cual podría incurrir en el suceso de accidentes laborales.

Para determinar si el ambiente térmico no cumple con las condiciones necesarias, se debe contar con una metodología de evaluación, a fin de identificar y evaluar el riesgo asociado al ambiente térmico. Para realizar un óptimo análisis de los peligros relacionados con el ambiente térmico, primero se debería realizar la identificación de los factores de riesgo, para lo cual se debe realizar una especie de estudio o encuesta para determinar la existencia de molestias causadas por el ambiente térmico, luego se procede a realizar una evaluación sencilla del riesgo, mediante la observación directa de las condiciones de trabajo, sin necesidad de realizar mediciones.



Posteriormente se puede optar por una evaluación detallada del riesgo, para lo cual se debe cuantificar la gravedad de los factores de riesgo, basado en estándares ya estudiados, y estableciendo ciertos puntajes de calificación por riesgo, de manera que se pueda determinar de manera clara los factores de riesgo con puntaje más altos, a fin de considerarlos como prioridad para ser solucionados.



Para la identificación de riesgos y molestias generados por el ambiente térmico se puede utilizar como herramienta práctica una lista de chequeo, la misma que permita confirmar o descartar que bajo las condiciones rutinarias de trabajo, se puedan originar daños ó molestias en el trabajador provocadas por factores térmicos.

Existen algunos estándares considerados como óptimos para el desarrollo de trabajos, tal es así que la temperatura apropiada en locales donde se realicen trabajos de tipo sedentario, propios de los desarrollados en oficinas o similares, debería estar comprendida entre los 17 °C y 27 °C. Mientras que la temperatura en locales donde se desarrollen trabajos ligeros debería estar comprendida entre los 14 °C y 25 °C. Por otro lado la humedad relativa debería fluctuar entre 30%

y 70%, excepto en los lugares donde exista riesgo de presencia de electricidad estática en cuyo caso el límite inferior será del 50%. Asimismo se recomienda que los trabajadores no deberían estar expuestos de manera frecuente a corrientes considerables de aire.

Existen algunos métodos que básicamente consisten en la observación directa de las condiciones habituales de trabajo, con el fin de determinar si los riesgos térmicos a los que se encuentran expuestos los trabajadores son aceptables o inaceptables, ya sea por la excesiva acumulación o pérdida de calor corporal, lo cual podría provocar daños para su salud. Asimismo se puede determinar el nivel de tolerancia por parte del trabajador si se trabaja en condiciones que provocan cierto grado de incomodidad, causadas por molestias causadas ya sea por el calor o frío.



Según algunas metodologías de evaluación existen algunos factores básicos, que se considera al momento de recoger la información, que aparte de la observación detallada de las condiciones de trabajo, se debe recoger también las opiniones de los trabajadores. Estos factores considerados son:

- La temperatura del aire o ambiente en la zona de trabajo
- La humedad del aire en el puesto de trabajo
- La radiación térmica en el puesto de trabajo
- Las corrientes de aire en el puesto de trabajo
- La actividad física desarrollada o consumo metabólico desarrollado por el trabajador
- La ropa o vestimenta de los trabajadores
- La opinión concreta de los trabajadores.

Lo importante es recordar que la disconformidad térmica se origina cuando el trabajador se expone a temperaturas atípicas, ya sean muy elevadas o muy bajas en el puesto de trabajo. Esto genera una disminución de las capacidades del trabajador, ya que el calor es un peligro directo para la salud, ya que nuestro cuerpo para funcionar con normalidad, necesita conservar una temperatura constante en su interior, alrededor de los 37 °C. Es así que cuando la temperatura corporal supera los 38 °C ya se corre el riesgo de producirse daños a la salud, mientras que a partir de los 40,5 °C se puede producir la muerte del individuo.

De la misma manera el frío intenso también implica un riesgo y puede resultar perjudicial para la salud del trabajador. Este tipo de riesgo depende fundamentalmente de la temperatura y la velocidad del aire. Como ya se vio que el cuerpo humano sufre con las temperaturas altas, del mismo modo cuando la temperatura corporal desciende por debajo de los 33 °C, se puede producir un fuerte cuadro de hipotermia, cuyas consecuencias para la salud del trabajador resultarían graves y algunas veces irreversibles.





**Servicio Integral de Higiene,
Seguridad y Medio Ambiente**



FUERZA AÉREA 3100 – FUNES (SF)
Tel./Cel: +54-9-341-3-508098
E-mail: fabianbalbi@sihisein.com.ar
administracion@sihisein.com.ar
www.sihisein.com.ar

De este modo, y bajo las premisas ya expuestas se debe realizar una detallada evaluación de los factores de riesgo mas significativos, relacionados a los riesgos térmicos, para posteriormente adoptar las medidas correctivas mas idóneas para adecuar los ambientes de trabajo, bajo los estándares mas óptimos. Además como complemento se pueden adoptar algunas medidas muy generales como, evitar el uso excesivo de los sistemas de aire acondicionado en el vehículo o ambientes de trabajo, asimismo evitar beber alcohol y bebidas con cafeína, las cuales favorecen la deshidratación corporal, y por supuesto evitar ingerir alimentos con excesivo contenido de grasa.

Fuente: <https://norma-ohsas18001.blogspot.com/2014/03/ambiente-termico.html>