

# **Anexo a la Memoria de Plan de Seguridad y Salud**

**Memoria descriptiva de los procedimientos, equipos técnicos y medios auxiliares que se van a utilizar o cuya utilización está prevista. Identificación de los riesgos laborales que pueden ser evitados, indicando a tal efecto las medidas técnicas necesarias para ello.  
Relación de riesgos laborales que no pueden eliminarse especificando las medidas preventivas y protecciones técnicas tendentes a controlar y reducir dichos riesgos valorando su eficacia.**

Adaptado al Real Decreto 1627/97 por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y de salud en las obras de construcción, a la Ley 54/2003 y al RD 171/2004 al RD 2177/2004 y a las recomendaciones establecidas en la "Guía Técnica" publicada por el INSH.

## **EDIFICIO DE 76 VIVIENDAS DE PROTECCION PÚBLICA, LOCALES Y APARCAMIENTOS**

**CALLE SAN ANTONIO-PARCELA E, SECTOR CONRESA**

**MISLATA ( VALENCIA)**

*02 de Julio de 2010*

### **1. Objeto del presente anexo**

El golpe de calor es una elevación incontrolada de la temperatura del cuerpo. Suele producirse por una exposición elevada y frecuente al sol y a las altas temperaturas del verano, mientras se están realizando trabajos que suponen un elevado esfuerzo físico.

Los principales síntomas son:

- Alta temperatura corporal (más de 41° C)
- Piel seca y con ausencia de sudoración.
- Aparición de convulsiones
- Aumento del ritmo cardíaco
- Aumento del ritmo respiratorio
- Vómitos
- Pérdida del conocimiento del afectado

El golpe de calor puede producir como principales consecuencias lesiones en los tejidos, en los órganos internos (por colapso de los mismos) y la muerte del individuo afectado.

### **2. Medidas preventivas aplicables:**

Como Prevención para evitar el golpe de calor se deben seguir estos consejos:

- Evitar o reducir lo máximo posible el esfuerzo físico durante las horas de mayor calor y después de las comidas.
- Beber agua fresca en abundancia
- Utilizar ropa adecuada confeccionada con tejidos que faciliten la transpiración y la disipación del calor. Se recomiendan tejidos de algodón.
- Evitar beber alcohol y bebidas que contengan cafeína puesto que incrementan el exceso de calor en el cuerpo.
- Distribuir el volumen de trabajo en los tajos para poder alternar cortos períodos de descanso – trabajo.
- Proteger en todo momento la cabeza con el casco. Se debe humedecer periódicamente el cuero cabelludo con agua cada cierto tiempo.
- Cuando se realicen pausas en las tareas descansar en sitios frescos y a la sombra.
- Evitar realizar comidas copiosas o calientes.

### **3. PRIMEROS AUXILIOS en caso de emergencia:**

- La persona accidentada por el golpe de calor debe ser colocada en un lugar fresco y aireado.
- Si no estuviera inconsciente se procederá a darle líquidos, pero que no estén demasiado frescos.
- Aplicar compresas de agua fría en la cabeza y empapar el resto del cuerpo.
- Abanicar al accidentado para refrescar la piel.
- Si se produjeran convulsiones no deben controlarse, puesto que se pueden producir lesiones daños musculares o en las articulaciones al ejercer fuerza sobre el individuo.
- Llamar a las asistencias o trasladar a la víctima al hospital más cercano.

En Valencia a 02 de Julio de 2010

Fdo: VANNIR OBRAS Y SERVICIOS, S.A.