



Prevención de riesgos por la exposición al sol en el trabajo

Respuestas y soluciones prácticas

Junio 2026

Si una persona trabaja al aire libre expuesta al sol, ¿la empresa tiene que proporcionar medidas?

Sí. Las medidas se deben establecer en base a la [evaluación de riesgos](#), siendo ésta el punto de partida ([Disposición adicional única RD 486/1997](#) introducida por RDL 4/2023).

Cuando las personas trabajadoras realizan tareas al aire libre, pueden exigir una evaluación por exposición al sol donde se valore el riesgo a [altas temperaturas](#) y a las [radiaciones UV](#).

1º Evaluar los riesgos

Por exposición a altas temperaturas

Por exposición a radiaciones ultravioletas (UV)

2º Aplicar medidas

Medidas organizativas
(rotaciones, descansos, horario,...)

Medidas colectivas
(zonas a la sombra, ventiladores,...)

Medidas individuales
(Cremas, gafas, protección cabeza,...)

¿Y si desarrolla su trabajo en un vehículo, por ejemplo, furgoneta, camión u otro específico de su sector (barredora, compactadora, etc.)?

Estas personas también podrán exigir una evaluación y medidas específicas por exposición a altas temperaturas y radiaciones ultravioleta (UV).

La normativa no sólo aplica a los lugares de trabajo al aire libre sino a cualquier otro lugar de trabajo que, por la actividad desarrollada, no pueda quedar cerrado (por ejemplo, talleres de ferralla).



¿Hay establecida una temperatura máxima legal para trabajar al aire libre?

No. A diferencia de lugares de trabajo en interiores donde el RD 486/1997, establece unos límites claros de temperatura (17-27°C para oficinas, 14-25°C para trabajos ligeros), al aire libre no hay establecidos límites de temperatura.

No obstante, en trabajos al aire libre en función de los **avisos emitidos por la AEMET u órgano autonómico correspondiente**, se determinará las medidas a aplicar.

Niveles de avisos de la AEMET

(enlace: <https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/avisos>)

Nivel amarillo

El peligro es BAJO.

Nivel naranja

El peligro es IMPORTANTE

Nivel rojo

El peligro es EXTRAORDINARIO

A partir del sistema de avisos de la AEMET, se determinará el **nivel de riesgo** y se planificarán los trabajos en base a dicho nivel de riesgo.

En el caso de aviso naranja o rojo de la AEMET, ¿es obligatorio que la empresa modifique el horario de la jornada laboral?

Cuando la empresa no haya adoptado medidas para estos casos o estas medidas no protejan a las personas trabajadoras de forma suficiente, tendrá la obligación de:

- ▶ **Adaptar la jornada** en función de las horas de calor extremo.
- ▶ **Prohibir el trabajo** en situaciones críticas.



¿Y si el convenio no especifica nada de modificación de jornada (intensiva, reducida, etc.)?

Si el convenio colectivo no contemplase la modificación de jornada en el periodo estival y las medidas previstas no son suficientes para preservar la seguridad y salud de las personas trabajadoras, la empresa está **obligada** a adaptar el horario conforme a la disposición adicional primera del RD 486/1997.



Es importante recoger en los convenios la adaptación de la jornada laboral (incluida la reducción, modificación de horas y prohibición, en su caso) en situaciones de trabajos al aire libre durante la época estival.

¿Debería tener la empresa un protocolo frente a la exposición a altas temperaturas?

Sí. Se puede exigir un **protocolo por escrito** a la empresa que incluya medidas en función del aviso de la AEMET y las tareas críticas que se realicen al aire libre, además de medidas de actuación en el caso emergencias y primeros auxilios.

Contenido mínimo del protocolo:

Identificar y evaluar tareas críticas

(determinar niveles de riesgo)

Medidas en función de los avisos de AEMET

(horarios, pausas, hidratación, ropa de trabajo, EPI, etc.)

Medidas frente a emergencias y primeros auxilios

(en caso de golpe de calor, desmayos, etc.)

Disponer de un protocolo es una medida eficaz para minimizar el riesgo por exposición a altas temperaturas. Existe la obligación de negociar un protocolo con la empresa para situaciones críticas en el marco de la negociación colectiva por fenómenos meteorológicos adversos, incluidas las altas temperaturas (Art. 85.1 ET).

¿Se debe considerar el personal especialmente sensible en dicho protocolo?

Sí. Conforme al art. 25, 26 y 27 de la [Ley 31/1995](#), se entiende como personal sensible a calor extremo:

- ▶ Trabajadoras embarazadas o en lactancia.
- ▶ Personal con patologías (cardiovasculares, respiratorias, etc.).
- ▶ Personas trabajadoras con medicación bajo prescripción médica.
- ▶ Personal menor de edad (entre 16 y 18 años) y de edad avanzada.



También las radiaciones UV afectan, por ello, se debe incluir las personas **con sensibilidad cutánea** (fotosensibilidad, urticaria solar, etc.) o **patologías en la piel** (dermatitis, psoriasis, etc.)

Además de adoptar las medidas específicas que procedan para el personal sensible, cuando la situación pueda dar lugar a un riesgo grave e inminente (RGI), podrán suspender los trabajos. Están en su derecho (art. 21 Ley 31/1995).

¿Solamente puede suspender el trabajo el personal sensible?

No. Cualquier trabajador ante una situación que pueda tener consecuencias graves de forma inmediata (por ejemplo, un golpe de calor), puede interrumpir el trabajo y abandonar su puesto (art. 21 Ley 31/1995).



Se trata de un derecho de las personas trabajadoras. Por consiguiente, no tiene que recuperar el tiempo que se pare la actividad por un riesgo grave e inminente. Velar por la seguridad y salud es una obligación de la empresa, no una "deuda" de horas del personal trabajador.

¿Quién debe conocer el protocolo?

El protocolo debe conocerlo todo el personal de la empresa; que además de estar **informado**, deberá estar **formado** en relación a:

Los riesgos y los efectos en la salud	La identificación de síntomas de estrés térmico	Cómo actuar en función de los avisos de AEMET	El derecho a parar el trabajo si hay un RGI	Cómo actuar ante una emergencia
---------------------------------------	-------------------------------------------------	-----------------------------------------------	---------------------------------------------	---------------------------------

Las personas trabajadoras expuestas al sol pueden exigir una información y formación específica con el contenido anterior y adaptada a los trabajos realizados al aire libre.

El personal expuesto al sol, ¿puede pedir ropa de trabajo adecuada?

Sí. La evaluación de riesgos debe contemplar el tipo de **ropa de trabajo** a utilizar que reduzca el riesgo por calor y por radiación UV así como los **equipos de protección individual (EPI)** en función de la tarea a desarrollar.



Requisitos básicos de la ropa de trabajo para el riesgo por calor y radiación UV

- Tejidos con certificación UPF (UPF 50+, bloquea el 98% de la radiación).
- Material transpirable preferente: microfibras (poliéster alta tecnología) o natural (algodón).
- Diseño holgado y colores claros.

En el caso de que la ropa de trabajo utilizada agrave el riesgo de estrés térmico por calor, se reevaluará el riesgo y se especificará el nuevo tipo de ropa de trabajo más adecuado que deberá adquirir la empresa.

Si la persona trabajadora tiene que utilizar determinados EPI (casco, gafas, calzado, etc.) y proporcionan calor, ¿qué pueden hacer?

Tiene derecho a exigir que la empresa te facilite unos EPI adecuado a las condiciones climáticas y al trabajo que se realiza. Por ejemplo:

- ▶ **Cascos con ventilación**, bajo la norma EN 397 con ranuras de ventilación regulable.
- ▶ **Calzado con marcado HI** (*Heat Insulation*), indica que la suela está aislada contra el calor del asfalto.



¿Puede una persona trabajadora expuesta al sol reclamar crema solar cuando la empresa no la proporciona?

Sí. La crema solar se considera un EPI (RD 773/1997) y, por lo tanto, se trata de una medida apropiada para reducir la exposición a radiaciones ultravioleta (UV).

El **nivel de radiación ultravioleta (UV)**, es clave para decidir la protección solar necesaria pero también el tipo de ropa, y la empresa debe tenerlo en consideración (en la web de la AEMET se detalla el nivel de radiación UV:

<https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/radiacionuv>)

¿Qué otras medidas básicas deberían adoptarse por la empresa frente a la exposición al sol?

Además de todas las medidas indicadas anteriormente, se pueden añadir básicas como las indicadas a continuación:

Disponer de ayudas mecánicas que reduzcan el esfuerzo físico.

Establecer pausas y descansos de recuperación a la sombra.

Planificar las tareas de mayor esfuerzo físico en las horas de menos calor.

Dotar de suficiente agua potable y fresca.

