



**MODELO DE PROTOCOLO DE
ACTUACIÓN PARA TRABAJOS EN
EXTERIOR DURANTE PERIODOS DE
BAJAS TEMPERATURAS**

Noviembre de 2025

MODELO DE PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA TRABAJOS EN EXTERIOR DURANTE PERIODOS DE BAJAS TEMPERATURAS

Partes firmantes

Enunciar las partes firmantes del protocolo

Ámbito de aplicación

El Protocolo de actuación será de aplicación en determinados lugares o puestos de trabajo (especificar centro de trabajo, zona, puesto de trabajo, etc.), donde se registran bajas temperaturas.

Según el [Real Decreto-ley 4/2023, de 11 de mayo](#) en los trabajos al aire libre y en aquellos lugares de trabajo que no puedan quedar cerrados, se deberán tomar las medidas adecuadas para la protección de las personas trabajadoras frente a los fenómenos meteorológicos adversos.

Para aquellos casos en los que no se pueda garantizar la debida protección de la persona trabajadora, se prohíbe el desarrollo de determinadas tareas durante las horas del día en las que se den fenómenos meteorológicos adversos. En estos casos no procede la reducción del salario de aquellas personas trabajadoras que se vean afectadas por esta medida.

El protocolo se mantiene activo a lo largo de todo el año y se revisará anualmente, previamente al inicio del periodo invernal, para ajustarlo a la evolución de las condiciones climáticas, salvo que se produzca una situación de urgencia no contemplada, que se revisará inmediatamente.

Efectos sobre la salud de la exposición a bajas temperaturas

El estrés térmico por frío es aquel que se produce como consecuencia de una exposición laboral a ambientes de trabajo a bajas temperaturas. Dicha exposición puede producir síntomas desde leves incomodidades, como el enfriamiento, hasta problemas más graves como podría ser la hipotermia fisiológica, además aumenta el riesgo de padecer trastornos musculoesqueléticos.

A partir de temperaturas inferiores a los 15°C puede comenzar la sensación de disconfort térmico, y por debajo de los 5°C se debe considerar que el riesgo es inmediato.

Efectos del frío:

- Malestar y sensación de dolor
- Disminución de la destreza manual, mental y capacidad física para el trabajo

- Aumento problemas respiratorios
- Problemas cardiovasculares, hipotermia o lesiones por congelación
- Caídas y resbalones por placas de hielo y nieve
- Mayor riesgo de accidentes laborales de tráfico

HIPOTERMIA: La hipotermia se produce cuando la temperatura corporal interna es menor de 35°C.

Síntomas de hipotermia:

- Temblores y tiritonas
- Movimientos torpes y falta de coordinación incluso para realizar tareas simples.
- Confusión, dificultad de concentración y en el habla, así como alteración de la memoria
- Dolor en músculos o articulaciones
- Rigidez o calambres
- Congelaciones locales
- Pérdida del conocimiento

Alertas meteorológicas

La Agencia Estatal de Meteorología (AEMET) emite avisos para los fenómenos meteorológicos adversos. Los avisos se clasifican en niveles según el posible alcance de determinados umbrales. La empresa seguirá de cerca las alertas emitidas, así como de las temperaturas que se van a alcanzar en las distintas zonas de trabajo.

Las denominaciones, significados y recomendaciones a la población de los niveles de alerta son los siguientes¹:

- **Amarillo:** No existe riesgo meteorológico para la población en general, aunque sí para alguna actividad concreta. Recomendación: Mantenerse informado de la predicción meteorológica más actualizada. Algunas actividades al aire libre pueden verse alteradas.
- **Naranja:** Existe un riesgo meteorológico importante (fenómenos meteorológicos no habituales y con cierto grado de peligro para las actividades usuales). Recomendación: Tomar precauciones y mantenerse informado de la predicción meteorológica más actualizada. Las actividades habituales y al aire libre pueden verse alteradas.
- **Rojo:** El riesgo meteorológico es extremo (fenómenos meteorológicos no habituales, de intensidad excepcional y con un nivel de riesgo para la población muy alto). Recomendación: Tomar medidas preventivas y actuar según las indicaciones de las autoridades. Mantenerse informado de la predicción meteorológica más actualizada. Las actividades habituales pueden verse gravemente alteradas. No viajar salvo que sea estrictamente necesario.

¹ Disponible en: <https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/avisos/ayuda/>

Comunicación de los avisos a las personas trabajadoras

(ESPECIFICAR EL RESPONSABLE EMPRESARIAL DE COMUNICAR LOS AVISOS A LAS PERSONAS TRABAJADORAS) comunicará a las personas trabajadoras aquellos avisos de nivel naranja o rojo emitidos por la Agencia Estatal de Meteorología (o en su caso, el órgano autonómico correspondiente en el caso de las Comunidades Autónomas que cuenten con dicho servicio), y que afecte a la actividad empresarial y a su plantilla, así como las pautas de actuación correspondientes para garantizar la seguridad, la salud y la vida, además de las recomendaciones, limitaciones o prohibiciones al desplazamiento establecidas por las autoridades competentes.

Igualmente se comunicarán los avisos amarillos en el caso de sospechar que pudieran llegar a provocar daños a la seguridad y salud de la plantilla y las formas seguras de trabajo.

Los canales a través de los que se va a realizar la comunicación son (ESPECIFICAR CANALES EN FUNCIÓN DE LA EMPRESA: POR EJEMPLO: VÍA EMAIL, MENSAJE, INTRANET, LLAMADA TELEFÓNICA, ETC.)

Teletrabajo

Según lo dispuesto en el Real Decreto-ley 8/2024, de 28 de noviembre, si hubiera imposibilidad de acceder al centro de trabajo o transitar por las vías de circulación necesarias para acudir al mismo, como consecuencia de las recomendaciones, limitaciones o prohibiciones al desplazamiento establecidas por las autoridades competentes, así como cuando concorra una situación de riesgo grave e inminente, incluidas las derivadas de una catástrofe o fenómeno meteorológico adverso, se recurrirá al teletrabajo en aquellos puestos en los que sea posible, y si el estado de las redes de comunicación lo permiten, cumpliendo la empresa con las obligaciones recogidas en la Ley 10/2021, de 9 de julio, de trabajo a distancia.

Imposibilidad de recurrir al teletrabajo

Según lo regulado en el Real Decreto-ley 8/2024, de 28 de noviembre, para aquellos puestos de trabajo en los que no sea posible recurrir a la modalidad de teletrabajo para la prestación del servicio, se estará a lo dispuesto en la g) al artículo 37.3 del texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores, aprobado por el Real Decreto Legislativo 2/2015, de 23 de octubre, lo que supone la existencia de un permiso remunerado de hasta 4 días.

Riesgo grave e inminente

Si la persona trabajadora considera que está o puede estar expuesta a un riesgo grave e inminente durante la jornada de trabajo, tendrá derecho a interrumpir su actividad y abandonar el lugar de trabajo o no acudir al mismo. Deberá informar de la situación de riesgo de manera inmediata a la empresa (INCLUIR FORMA DE CONTACTO), a su superior jerárquico (INCLUIR FORMA DE CONTACTO) y a la representación de las personas trabajadoras (INCLUIR FORMA DE CONTACTO).

Evaluación de riesgos

La empresa evaluará el riesgo de estrés térmico por frío para los trabajos al aire libre y adoptará las medidas preventivas necesarias para evitar accidentes laborales. Para la realización de la evaluación de riesgos se deberá tener en consideración las características de la tarea que se desarrolla y las características personales o el estado biológico conocido de la persona trabajadora. Se dará cumplimiento a lo establecido por el RD-Ley 4/2023, de 11 de mayo, respecto a las condiciones laborales y climáticas.

Medidas preventivas específicas en relación a los niveles de alerta

El Servicio de Prevención será el encargado de establecer las medidas preventivas en función del nivel de alerta para cada fenómeno meteorológico adverso o catástrofe en este caso por frío, teniendo en consideración las características de las personas trabajadoras, prestando atención a aquellas especialmente sensibles a determinados riesgos, menores de edad y mujeres embarazadas.

A continuación, se recoge una relación no exhaustiva de medidas preventivas para evitar daños a la salud por exposición a frío:

- La empresa facilitará ropa y calzado adecuado al frío, nieve y hielo en cantidad suficiente para poder cambiarla en caso de mojarse (ropa, guantes y calzado de protección)
- El frío reduce la capacidad física por lo que debe adecuarse la actividad a la persona
- Organizar los trabajos según la previsión meteorológica evitando las horas más frías del día y teniendo en cuenta que el viento influye en la sensación térmica
- Alternar las tareas
- Evitar trabajos en solitario, se realizarán al menos por dos personas siendo recomendables los trabajos en grupo
- Se facilitarán herramientas y equipos que puedan ser utilizados con guantes o mitones
- Se instalarán zonas de descanso con calefacción, zona de secado de ropa, y lugares para cambiarse de ropa y almacenar ropa de cambio
- Se facilitará el acceso a bebidas calientes
- Realizar pausas para descansar en refugios térmicos que estén cubiertos y dispongan de calefacción
- Se mantendrá el suelo en buen estado de conservación para evitar resbalones, tropezones y caídas
- Facilitar ayudas mecánicas para evitar la fatiga física

En función del tipo de alerta se adoptarán las siguientes medidas preventivas (ADAPTAR A LAS CARACTERÍSTICAS DE LOS PUESTOS DE TRABAJO EXISTENTES EN LA EMPRESA):

NIVEL AMARILLO

Continúan los trabajos con normalidad siguiendo todas las medidas preventivas que se derivan de la evaluación de riesgos laborales para cada puesto de trabajo.

(AÑADIR RESPONSABLE DE LA EMPRESA) permanecerá atento a un posible cambio del aviso amarillo a nivel naranja para comunicarlo a la plantilla afectada.

Se facilitarán las medidas colectivas o los equipos de protección individual que fueran necesarios para el desempeño seguro de los trabajos.

Se facilitará ropa de trabajo adecuada para que se pueda realizar el trabajo de forma segura y sin riesgos añadidos debidos a la vestimenta, (ropa de abrigo, adaptada al trabajo, impermeable, calzado antideslizante...)

Si la persona trabajadora considera que durante el aviso amarillo está o puede estar expuesta a un riesgo grave e inminente durante la jornada de trabajo, tendrá derecho a interrumpir su actividad y abandonar el lugar de trabajo.

Deberá informar de la situación de riesgo de manera inmediata a la empresa (INCLUIR FORMA DE CONTACTO), a su superior jerárquico (INCLUIR FORMA DE CONTACTO) y a la representación de las personas trabajadoras (INCLUIR FORMA DE CONTACTO).

NIVEL NARANJA

La empresa (INCLUIR RESPONSABLE EMPRESARIAL) decidirá la continuidad o suspensión de los trabajos en base a los avisos meteorológicos, criterios técnicos y las recomendaciones, limitaciones o prohibiciones establecidas por las autoridades competentes. (Esto es especialmente relevante para trabajos al aire libre, trabajos en cubiertas, repartidores, etc...)

En caso de que se decida la continuidad de los trabajos se establecerán las medidas preventivas adecuadas a cada situación.

Algunos ejemplos:

- incluir medidas preventivas según trabajo, funciones y características personales o el estado biológico conocido de la persona trabajadora
- es posible incluir la adaptación y/o reducción de horarios, cambios de actividades
- planificación de ciertas tareas en momentos más favorables en los que no existan fenómenos meteorológicos adversos
- limitar o prohibir el desarrollo de ciertas tareas durante los días u horas en los que se declare el nivel naranja
- proporcionar ayudas o equipos mecánicos para disminuir el esfuerzo físico
- evitar trabajo en solitario en las tareas al aire libre
- incluir pausas periódicas para la recuperación física
- acceso a lugares de resguardo, zonas protegidas del viento, el agua y el frío. Posibilidad de cambio de ropa si está mojada
- acceso a agua, acceso a bebidas calientes

Se facilitarán las medidas colectivas y los equipos de protección individual que fueran necesarios para el desempeño seguro de los trabajos. Además, se valorará activar las medidas de flexibilidad y teletrabajo recogidas en el presente protocolo.

Se facilitará ropa de trabajo adecuada para que se pueda realizar el trabajo de forma segura y sin riesgos añadidos debidos a la vestimenta.

La empresa (INCLUIR RESPONSABLE EMPRESARIAL) comunicará a todas las personas trabajadoras a las que pudiera afectar el aviso naranja emitido por AEMET (o en su caso, el órgano autonómico correspondiente en el caso de las comunidades autónomas que cuenten con dicho servicio), debido a su puesto de trabajo (trabajos al aire libre) o localización del centro de trabajo en el que prestan servicio (por ejemplo un centro de trabajo situado en una zona de riesgo por nieve o hielo). La empresa informará igualmente sobre las formas seguras de trabajo para evitar accidentes laborales.

La empresa informará a través de (INCLUIR CANALES DE COMUNICACIÓN EN LOS QUE SE ASEGURE QUE LAS PERSONAS TRABAJADORAS HAN RECIBIDO EL MENSAJE).

La empresa informará a las contratas, empresas subcontratas y personas autónomas sobre las instrucciones adecuadas respecto de los riesgos existentes y las medidas de protección, prevención y emergencias.

(AÑADIR LA PERSONA RESPONSABLE DE LA EMPRESA) permanecerá atenta a un posible cambio del aviso naranja a nivel rojo para comunicarlo a la plantilla afectada.

Si la persona trabajadora considera que durante el aviso naranja está o puede estar expuesta a un riesgo grave e inminente durante la jornada de trabajo, tendrá derecho a interrumpir su actividad y abandonar el lugar de trabajo.

Deberá informar de la situación de riesgo de manera inmediata a la empresa (INCLUIR FORMA DE CONTACTO), a su superior jerárquico (INCLUIR FORMA DE CONTACTO) y a la representación de las personas trabajadoras (INCLUIR FORMA DE CONTACTO).

NIVEL ROJO

En los casos de aviso rojo se procede a lo siguiente:

- Suspensión de actividades laborales al aire libre.
- Teletrabajo para aquellos puestos en los que sea posible.
- Se advertirá a las personas trabajadoras que eviten desplazamientos por carretera a través de zonas de riesgo por nieve o hielo al puesto de trabajo, pudiéndose desempeñar su trabajo a distancia. En ningún caso será penalizada la no asistencia al puesto de trabajo.
- Para aquellos puestos de trabajo en los que no sea posible recurrir a la modalidad de teletrabajo para la prestación del servicio, se recurrirán a los 4 días de permiso retribuidos regulados en la g) al artículo 37.3 del texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores, aprobado por el Real Decreto Legislativo 2/2015, de 23 de octubre
- Por coordinación de actividades empresariales se informa a las contratas, empresas subcontratas y personas autónomas de la entidad de la paralización de la actividad laboral mientras dure la alerta.

La empresa (INCLUIR RESPONSABLE EMPRESARIAL) comunicará a todas las personas trabajadoras a las que pudiera afectar el aviso rojo emitido por AEMET (o en su caso, el órgano autonómico correspondiente en el caso de las comunidades autónomas que cuenten con dicho servicio), debido a su puesto de trabajo (trabajos al aire libre) o localización del centro de trabajo en el que prestan servicio.

La empresa informará a través de (INCLUIR CANALES DE COMUNICACIÓN EN LOS QUE SE ASEGURE QUE LAS PERSONAS TRABAJADORAS HAN RECIBIDO EL MENSAJE).

Recordatorio: Si la persona trabajadora considera que durante el aviso rojo está o puede estar expuesta a un riesgo grave e inminente durante la jornada de trabajo, tendrá derecho a interrumpir su actividad y abandonar el lugar de trabajo o no acudir al mismo. Deberá informar de la situación de riesgo de manera inmediata a la empresa (INCLUIR FORMA DE CONTACTO), a su superior jerárquico (INCLUIR FORMA DE CONTACTO) y a la representación de las personas trabajadoras (INCLUIR FORMA DE CONTACTO).

Ropa de trabajo

La empresa facilitará a las personas trabajadoras ropa de protección adecuada para trabajos a bajas temperaturas, deberá ser ergonómica y permitir el movimiento de la persona trabajadora y deberá cambiarse siempre que se encuentre húmeda.

La empresa entregará a las personas trabajadoras que se encuentren en zonas en las que se da la exposición a bajas temperaturas tres juegos de ropa de trabajo adaptada a dichas condiciones. Incluyendo abrigo, forro polar, guantes, gorro, cuello, pantalones y camisetas térmicas, calzado impermeable y antideslizante, etc. (adaptar a la situación de la empresa).

Vigilancia de la salud y personas trabajadoras especialmente sensibles a la exposición a bajas temperaturas

La empresa garantizará la vigilancia de la salud específica para las personas trabajadoras expuestas a bajas temperaturas.

El servicio médico del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales evaluará la presencia de personal trabajador especialmente sensible a la exposición a bajas temperaturas y emitirá un informe que incluya las medidas de prevención, adaptación y protección. La empresa atenderá las necesidades que detalle el Servicio Médico del Servicio de Prevención de forma inmediata para evitar accidentes laborales.

Entre las personas especialmente sensibles a la exposición a bajas temperaturas se encuentran aquellas con problemas cardiovasculares, respiratorios, neurológicos, dérmicos y diabéticos. También pueden verse más afectadas las personas que realizan grandes esfuerzos físicos, personas con problemas de alcohol o sustancias adictivas.

Información y formación en materia de seguridad y salud en el trabajo a bajas temperaturas

La empresa informará y formará a las personas trabajadoras que vayan a estar expuestas a bajas temperaturas previamente al inicio de los trabajos.

Remitirá la información a las personas trabajadoras periódicamente, especialmente durante el periodo invernal y la formación se repetirá anualmente.

Es importante que las personas trabajadoras conozcan los síntomas que puede provocar el trabajo a bajas temperaturas para que puedan reaccionar rápidamente en caso de daños a la salud.

La empresa informará y formará a las personas trabajadoras incluyendo las siguientes **recomendaciones:**

- Proteger las zonas del cuerpo más expuestas al frío: cabeza, manos y pies
- Utilizar ropa ligera, no ceñida y transpirable, que proteja del viento y la lluvia
- Usar varias capas de ropa
- Vestir calzado impermeable, antideslizante y cómodo
- Beber líquidos calientes y evitar el alcohol y la cafeína que aumentan la pérdida de calor corporal.
- Consumir alimentos variados con contenido en grasas y azúcares (si no hay contraindicación médica), que aportan la energía para combatir el frío.
- Prestar atención a los cambios en el estado de salud individual y a los de los compañeros
- Informar a la empresa si la ropa de trabajo fuera inadecuada
- Realizar pausas frecuentes a lo largo de toda la jornada laboral en lugares con calefacción para reponerse del efecto del frío.
- Adaptar el ritmo de trabajo a la tolerancia al frío.
- En caso de encontrarse mal, avisar inmediatamente para recibir atención médica. No debe continuar trabajando.
- Consejos de conducción segura en caso de presencia de nieve o hielo.

También se facilitará información y formación acerca de los efectos del frío y los síntomas de la hipotermia y nociones básicas en primeros auxilios. Igualmente se incluirá información sobre los derechos de las personas trabajadoras y las obligaciones de la empresa.

Para prevenir accidentes in itinere o de tráfico, se realizarán cursos de conducción segura frente a fenómenos meteorológicos adversos.