

An illustration of a woman with long dark hair wearing a grey helmet and a green t-shirt. She is looking off to the side with a serious expression. The background is a large, stylized sunset or sunrise with a gradient from orange to yellow. A red horizontal band is visible behind the text.

**Ante las  
temperaturas  
extremas,  
tienes  
derechos**

**1**

La empresa debe tomar medidas para proteger tu salud y realizar la evaluación de riesgos ante las temperaturas extremas

---

**2**

Como medida preventiva deben facilitar ropa transpirable y otros elementos que te protejan del sol como crema solar y gafas

---

**3**

Se debe adaptar la jornada reduciendo o modificando las horas cuando hay alerta naranja o roja

---

**4**

Se deben establecer pausas periódicas para descansar

---

**5**

Para eliminar la fatiga física se debe limitar la carga a transportar

Real Decreto-ley  
4/2023,  
de 11 de mayo

Prevención de  
riesgos laborales  
en episodios  
de elevadas  
temperaturas



Real Decreto-ley  
4/2023,  
de 11 de mayo

Prevención de  
riesgos laborales  
en episodios  
de elevadas  
temperaturas



**Se debe proporcionar  
agua y lugares de  
descanso**

**Para aquellos casos en los  
que no se pueda garantizar  
la debida protección, se  
prohíbe el desarrollo de  
determinadas tareas  
durante las horas del día en  
las que se den fenómenos  
meteorológicos adversos,  
sin reducción del salario**

**La empresa debe  
formarte e informarte  
sobre procedimientos  
seguros de trabajo ante las  
temperaturas extremas**

**Si la empresa no respeta  
tus derechos y tus  
descansos, contacta con  
el Sindicato**



Lucha por unas  
condiciones dignas  
**¡INFÓRMATE!**

pincha aquí  
para más  
información

Teléfono: 948 291 182  
Email: [fesmc@navarra.ugt.org](mailto:fesmc@navarra.ugt.org)

**UGT DEFIENDE  
TUS DERECHOS**

**UGT**



**FeSMC  
Navarra**

