

Smernica dekana
číslo 4/ 2013
15.07.2013

Hodnotenie záťaže teplom a chladom pri práci a poskytovanie ochranných nápojov na pracovisku

Schválil: prof. Ing. Alojz Kopáčik, PhD.
dekan Stavebnej fakulty STU v Bratislave

Vypracoval: Jozef Olša
autorizovaný bezpečnostný technik



Dekan Stavebnej fakulty STU v Bratislave v súlade so zák. č. 131/2002 Z. z. o vysokých školách a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a v súlade so zákonom č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci vydáva túto smernicu „Hodnotenie záťaže teplom a chladom pri práci a poskytovanie ochranných nápojov na pracovisku“.

Čl. I.
Optimálne mikroklimatické podmienky

1. Tepelno-vlhkostná mikroklíma je súčasť mikroklímy pracovného prostredia. Jej najdôležitejšimi faktormi sú: teplota vzduchu, stredná teplota sálania, relatívna vlhkosť vzduchu a rýchlosť prúdenia vzduchu. Uvedené faktory tepelno-vlhkostnej mikroklímy môžu za určitých podmienok, ak sú ich hodnoty vysoké alebo nízke, predstavovať zdravotné riziko pre zamestnancov, vyjadrené ako záťaž teplom alebo chladom.
2. Optimálne mikroklimatické podmienky pre daný druh práce sa stanovujú v závislosti od tepelnej produkcie organizmu zamestnanca, ktorá je daná spôsobom a intenzitou vykonávaných prác, pričom tepelná produkcia organizmu sa rovná energetickému výdaju.

Čl. II.
Únosné mikroklimatické podmienky

1. Na pracoviskách, na ktorých sa prekračujú prípustné hodnoty mikroklimatických podmienok v dôsledku záťaže teplom z technologických zdrojov alebo na ostatných pracoviskách za mimoriadne teplých dní, keď vonkajšia teplota vzduchu nameraná v tieni presahuje 30°C , sa posudzuje dlhodobá a krátkodobá únosná záťaž teplom.
2. Dlhodobo únosná záťaž teplom je limitovaná množstvom vody vylúčenej z organizmu potením a dýchaním. Mikroklimatické podmienky, pri ktorých je organizmus ešte schopný udržať tepelnú rovnováhu fyziologickými mechanizmami (termoreguláciou), majú charakter dlhodobo únosných podmienok.
3. Ak sú na pracovisku prekročené smerné hodnoty dlhodobej alebo krátkodobej záťaže teplom, stanovuje sa limitovaný čas práce zamestnancov na pracovisku. Dlhodobo a krátkodobo únosný čas práce u mužov a u žien sa určuje v závislosti

od triedy práce (energetického výdaja) a od mikroklimatických podmienok vzťahovaných pre aklimatizovaných a neaklimatizovaných (do troch týždňov od nástupu na pracovisko) zamestnancov pri zohľadnení tepelného odporu pracovného odevu.

Čl. III.

Kvalitatívne a kvantitatívne hodnotenie rizika

1. Tepelno-vlhkostné podmienky vnútorného prostredia sú dané teplotou, relatívou vlhkosťou a rýchlosťou prúdenia vzduchu. Tieto parametre sa navzájom ovplyvňujú a zmena jedného vyvolá zmenu ostatných. Ich vzájomný pomer je základom pocitu pohody, resp. nepohody. Ak sú ich hodnoty príliš nízke alebo príliš vysoké, môžu pôsobiť škodivo na zdravie.
2. Podľa druhu činností rozdelených do tried práce je určené rozmedzie teplôt, rýchlosťi prúdenia vzduchu a relatívnej vlhkosti vzduchu pre optimálne a prípustné tepelno-vlhkostné mikroklimatické podmienky. Odporúčané hodnoty relatívnej vlhkosti sa pohybujú v rozmedzí 30 -70 %.
3. Kategórie:
 - a) práce, pri ktorých nie sú prekročené smerné hodnoty dlhodobo a krátkodobo únosnej záťaže teplom.
 - b) práce v priestoroch, v ktorých sa z technologických dôvodov udržiavajú pracovné podmienky s parametrami nižšími, aké by zodpovedali danému energetickému výdaju zamestnanca, ale operatívna teplota neklesne pod 4°C.

Čl. IV.

Ochranné nápoje

Ochrannými nápojmi sú :

- a) nápoje slúžiace k náhrade tekutín nevyhnutných pre život a zdravie, poprípade i ďalších látok stratených nadmerným potením v prostredí zvýšenej tepelnej záťaže – nápoje nahradzujúce - môžu sa používať napr. minerálne vody s obsahom sodíka do 100 mg/l, chloridouhlíčitanové, hydrouhlíčitanchloridové kyselky, šípkový alebo ostružinový čaj.
- b) nápoje s obsahom cukru nad 2,5 % sa neodporúčajú. Jednotlivé druhy minerálnych vód je potrebné striedať.
- c) nápoje, ktoré slúžia k predchádzaniu neprimeraným reakciám organizmu na tepelné zaťaženie, hlavne nadmernému pocitu smädu - nápoje občerstvujúce a

možno ich rozdeliť na nápoje chladené (asi 12°C): napr. stolové minerálne vody, vrátane chuťovo upravených, ovocné mušty, šťavy, sódová voda, špeciálne nápoje (iontové) a nápoje teplé: šípkový čaj, ovocné čaje a pod.

Čl. V.

Poskytovanie ochranných nápojov

1. Ochranné nápoje sú poskytované podľa § 6 ods.3 písm. b) zákona č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci. Ochranné nápoje sa poskytujú bezplatne v potrebnom množstve.
2. Ak teplota na pracovisku presiahne 30°C, zamestnávateľ poskytne zamestnancom ochranný nápoj.
3. Zamestnávateľ poskytne zamestnancom ochranný nápoj pri dlhodobej práci na užatvorenom pracovisku, na ktorom je z technologických dôvodov teplota 4°C a nižšia, pri dlhodobej práci na vonkajšom pracovisku, ak je priemerná teplota vzduchu počas pracovnej zmeny nižšia ako 4°C.

Čl. VI.

Zásady pre poskytovanie ochranných nápojov

- nápoje musia byť poskytované na pracovisku, prípadne v bezprostrednej blízkosti,
- ak sa nápoje pripravujú na pracovisku, musí byť použitá voda vyhovujúca platnej norme a musia byť dodržané hygienické zásady,
- druh poskytovaného nápoja nie je predpísaný, môže to byť pitná voda, minerálna voda, rôzne druhy čajov alebo nealkoholických nápojov,
- nápoje s obsahom cukru nad 6,0 % sa neodporúčajú,
- nápoje nesmú obsahovať alkohol,
- v horúcich prevádzkach nie je vhodné podávať nápoje o teplote nižšej ako 15°C, pretože znečistením chuťových buniek sa zvýrazňuje pocit smädu. Prílišný teplotný rozdiel medzi teplotou prostredia a teplotou konzumovaných nápojov môže viesť k lokálnemu podchladieniu organizmu, k zníženiu odolnosti a k zápalovým zmenám, najmä na horných cestách dýchacích a žalúdočnej sliznici,

- sódová voda sa neodporúča konzumovať vo väčších množstvách, keďže vo väčšom množstve má nepriaznivý účinok na žalúdočnú sliznicu a podporuje tiež vznik zápalov horných ciest dýchacích,
- pri práci v chladnom prostredí sa odporúča podávať teplé nápoje za účelom vytvorenia tepelnej pohody,
- pri odbere zo spoločných nádob musia byť tieto vybavené vhodnou výpustou.

Čl. VII.

Záverečné a zrušovacie ustanovenia

1. Za oboznámenie podriadených zamestnancov s touto smernicou zodpovedá príslušný vedúci organizačnej zložky.
2. Akékoľvek zmeny a doplnenia tejto smernice je možné vykonať len dekanom podpísanými dodatkami.
3. Táto smernica nadobúda platnosť a účinnosť dňom jej podpisania.

V Bratislave dňa16.JÚL.2013..

prof. Ing. Alojz Kopáčik, PhD.
dekan