





TABLA DE VALORES DE ÍNDICE DE CALOR (HEAT INDEX)

		Temperatura en grados centígrados (°C)																							
		27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Humedad relativa (%)	5	26	26	27	28	28	29	30	30	31	32	33	34	35	36	36	37	38	39	40	41	42	43	43	44
	10	26	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	47	48
	15	26	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	41	42	43	44	46	47	49	50	52
	20	26	27	27	28	29	30	31	32	33	34	35	37	38	39	41	42	44	46	47	49	51	53	55	57
	25	26	27	28	28	29	30	31	33	34	35	36	38	39	41	43	45	47	48	51	53	55	57	59	
	30	26	27	28	29	30	31	32	33	35	36	38	39	41	43	45	47	49	52	54	57	59	62		
	35	27	27	28	29	30	31	33	34	36	38	39	41	43	46	48	50	53	56	58	61	64			
	40	27	28	29	30	31	32	34	35	37	39	41	43	46	48	51	54	57	60	63	66				
	45	27	28	29	30	32	33	35	37	39	41	43	46	49	51	54	57	61	64						
	50	27	28	30	31	33	34	36	38	41	43	46	49	52	55	58	62								
	55	28	29	30	32	34	36	38	40	43	46	48	52	55	59	62									
	60	28	29	31	33	35	37	40	42	45	48	51	55	59	63										
	65	28	30	32	34	36	39	41	44	48	51	55	59	63											
	70	29	31	33	35	38	40	43	47	50	54	58	63												
	75	29	31	34	36	39	42	46	49	53	58	62													
	80	30	32	35	38	41	44	48	52	57	61														
	85	30	33	36	39	43	47	51	55	60	65														
90	31	34	37	41	45	49	54	58	64																
95	31	35	38	42	47	51	57	62																	
100	32	36	40	44	49	54	60																		

Índice	Indicaciones	Estaciones de descanso	
$\geq 30^{\circ}\text{C}$	Se <u>recomienda</u> suspender actividades para rehidratación y sombra por 5 minutos, cada hora		
$\geq 35^{\circ}\text{C}$	Se suspenden actividades para rehidratación y sombra por 5 minutos, cada hora	Sombra	Hielo
$\geq 40^{\circ}\text{C}$	Se suspenden actividades para rehidratación y sombra por 15 minutos, cada hora		
$\geq 45^{\circ}\text{C}$	Se suspenden actividades hasta que las condiciones mejoren	Agua	Electrolitos

Nota: Los periodos de descanso indicados, pueden ser más largos o más frecuentes, según el supervisor lo indique; deben también considerar la intensidad física de la tarea.