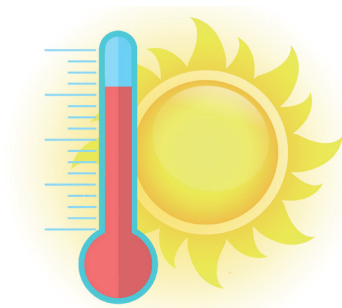


Dipartimento di Sanità Pubblica
Unità Operativa Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro
Direttore: Valerio Parmeggiani

Sedi Operative:
Ferrara: Via F. Beretta, 7
Copparo: Via Roma, 18
Cento: via Armellini, 7
Comacchio: via Marina 31
Portomaggiore: via de Amicis, 22

Segreteria tel. 0532-235266
Fax 0532-235253
e.mail: dirdisp@pec.ausl.fe.it

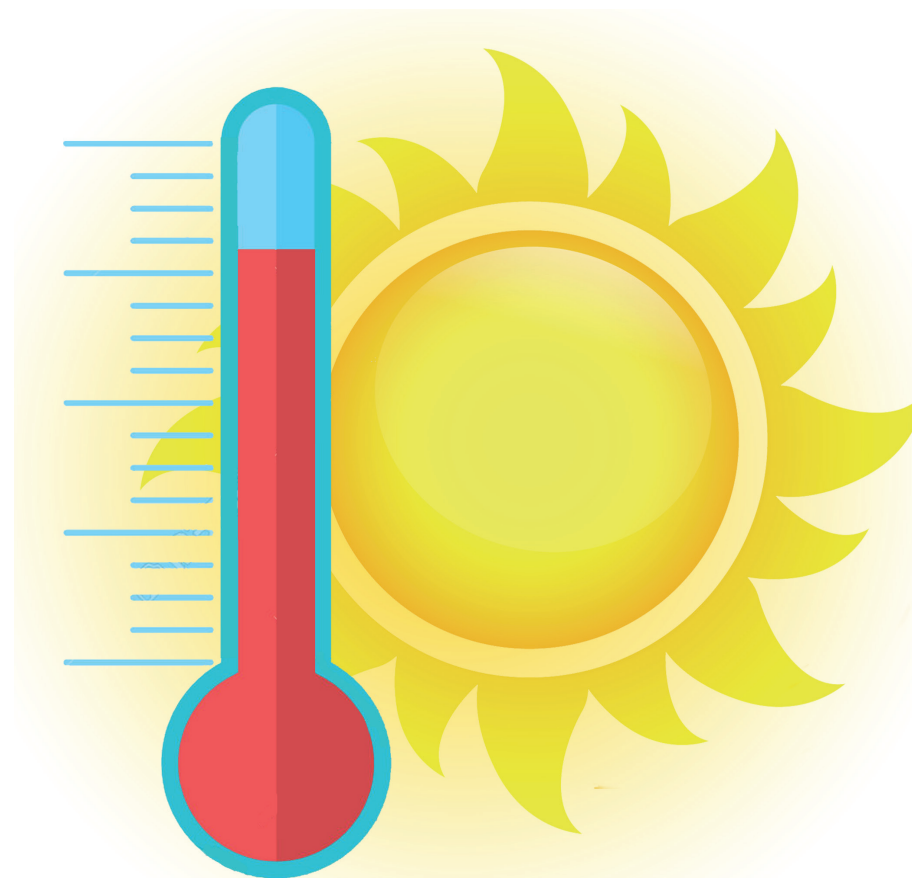


A cura dell'Unità Operativa Prevenzione Sicurezza Ambienti di Lavoro
con la collaborazione dell'Ufficio Stampa Azienda USL di Ferrara
Opuscolo scaricabile dal sito: www.ausl.fe.it

Progetto grafico: Elisa Roncarati

RISCHIO DA COLPO DI CALORE

Semplici azioni per evitare i danni da calore nei cantieri edili, stradali e in agricoltura



LAVORI A RISCHIO



Il testo unico sulla salute e sicurezza dei lavoratori (D.Lgs. 81/08) indica tra gli obblighi del datore di lavoro quello di valutare “tutti i rischi per la sicurezza e la salute dei lavoratori”, compresi quelli riguardanti “gruppi di lavoratori esposti a rischi particolari” e quindi anche al rischio di danni da calore delle attività lavorative svolte all’aperto nei periodi di grande caldo estivo. Maggiormente esposti sono coloro che lavorano nei cantieri edili, stradali e in agricoltura.

COSA DEVE FARE IL DATORE DI LAVORO

1.  Controllare temperatura e umidità.
Nei periodi in cui si prevede caldo intenso, la più importante cosa da fare ogni giorno è verificare le previsioni e le condizioni meteorologiche.

E' necessario valutare sempre almeno due parametri: temperatura dell'aria e umidità relativa. Devono essere considerate a rischio quelle giornate in cui si prevede che la temperatura all'ombra superi i 30° e l'umidità relativa sia superiore al 70%.

2.  Garantire ai lavoratori sufficiente ed adeguata informazione e formazione sugli effetti del calore nel rispetto delle differenze di genere ove riguardi lavoratori immigrati, essa avviene previa verifica della comprensione della lingua utilizzata nel percorso formativo.

3.



Predisporre aree di riposo ombreggiate o luoghi freschi per le pause di riposo.

4.



Organizzare orari, turni e pause di lavoro
Organizzare il lavoro in modo da minimizzare il rischio:

- variare l'orario di lavoro per sfruttare le ore meno calde, programmando i lavori più pesanti nelle ore più fresche
- effettuare una rotazione nel turno fra i lavoratori esposti
- programmare in modo che si lavori sempre nelle zone meno esposte al sole
- evitare lavori isolati permettendo un reciproco controllo

5.



Mettere a disposizione acqua fresca sia per bere che per rinfrescarsi.

6.



Sottoporre i lavoratori a “controllo sanitario”

Il datore di lavoro deve garantire la sorveglianza sanitaria per valutare lo stato di salute dei lavoratori a rischio in particolare tutti coloro i quali sono portatori di patologie croniche o assumono farmaci, nei confronti dei quali andrebbero adottate particolari precauzioni - cardiopatici, asmatici e broncopatici cronici, ipertesi, diabetici, obesi.



COSA DEVE FARE IL LAVORATORE

Il lavoratore dovrebbe iniziare l'attività in maniera graduale, per dare modo all'organismo di adattarsi alle particolari condizioni ambientali. L'acclimatamento è l'adattamento dell'organismo alle nuove condizioni climatiche; si completa nell'arco di alcuni giorni fino a qualche settimana.

1. Alternare momenti di lavoro con pause in luoghi rinfrescati, le pause devono essere obbligatorie.

2. Bere regolarmente per compensare le perdite di liquidi causate dalla traspirazione; rinfrescarsi bagnandosi con acqua fresca per disperdere calore.

3. Utilizzare un vestiario idoneo, il vestiario deve prevedere abiti leggeri traspiranti, di cotone, di colore chiaro; è sbagliato lavorare a pelle nuda perché il sole può determinare ustioni e la pelle nuda assorbe più calore. E' importante anche un leggero copricapo che permetta una sufficiente ombreggiatura.

4. Evitare pasti abbondanti, l'alimentazione deve essere povera di grassi, ricca di zuccheri e sali minerali. Preferire pasti leggeri, facili da digerire, privilegiando la pasta, la frutta e la verdura e limitando carni e insaccati. Evitare il consumo di bevande alcoliche e limitare il fumo.



COME SI MANIFESTA IL COLPO DI CALORE



La patologia da calore può evolvere rapidamente e i segni iniziali possono non essere facilmente riconosciuti dal soggetto e dai compagni di lavoro. Imparare a riconoscere i primi segnali del colpo di calore è fondamentale.

I segni premonitori di un iniziale colpo di calore possono essere: Irritabilità, confusione, cute calda e arrossata, sete intensa, sensazione di debolezza, crampi muscolari.

I segni successivi sono: vertigini, affaticamento eccessivo, nausea e vomito tremori e pelle d'oca segnalano un veloce aumento della temperatura. Infine compaiono: difficoltà di concentrazione e di coordinazione



con mancanza d'equilibrio, seguiti dal collasso con perdita di conoscenza e/o coma.

In fase di collasso la temperatura corporea può raggiungere o superare i 42,2°C.

COSA FARE



Accorgersi del pericolo di colpo da calore e subito attuare la terapia appropriata possono salvare la vita.

Chiamare subito un incaricato di Primo Soccorso e

Chiamare il  **112**

Posizionare il lavoratore all'ombra e al fresco, sdraiato in caso di vertigini, sul fianco in caso di nausea, mantenendo la persona in assoluto riposo; slacciare o togliere gli abiti.

Raffreddare la cute con spugnature di acqua fresca in particolare su fronte, nuca ed estremità.

