



IMPARA A RICONOSCERE I COLPI DI CALORE

- Crampi ai muscoli
- Mal di testa
- Sudi più del solito
- Nausea
- Cuore accelerato
- Respiro corto e veloce
- si annebbia la vista

Per rimanere aggiornati sulle previsioni meteo cliccare arpae.it/calore workclimate.it/scelta-mappa

Per approfondimenti è possibile consultare il documento “LA PREVENZIONE DEL RISCHIO DA STRESS DA CALORE NEGLI AMBIENTI DI LAVORO” a cura del Comitato di Coordinamento della Regione Emilia-Romagna ex art. 7 D.Lgs. 81/08 con cui è stato condiviso anche il presente materiale.



Multilingual material
testi in collaborazione con
Aziende Usl di Bologna e di Piacenza



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA



PREVIENI I RISCHI DA ALTE TEMPERATURE IN AGRICOLTURA

“ Durante l’**estate** sono sempre più frequenti e prolungati i periodi caratterizzati dalla presenza di alte temperature, le “**ondate di calore**”.

In questi periodi l’organismo umano è sottoposto a condizioni di **stress da caldo** ed i **lavoratori all’aperto**, come quelli del settore agricolo, sono più a rischio a causa dell’esposizione diretta alla radiazione solare e della intensa attività fisica.

La presenza di alcune patologie o **condizioni di disidratazione** possono aumentare sia i rischi per la salute che il rischio di infortuni. ”

“ Mettere in atto alcune semplici **misure di prevenzione** da parte dei lavoratori e dei datori di lavoro, in base alla valutazione del rischio da alte temperature, può essere utile per prevenire le condizioni di stress per l’organismo ed evitare gravi conseguenze. ”

PER I LAVORATORI

Bevi poco e spesso, anche se non hai sete
Non bere alcool!



Mangia **cibi leggeri**

Indossa abiti leggeri di colore chiaro



Non lavorare a torso nudo

Non lavorare a capo scoperto



Fai **pause in zone ombreggiate** anche se non sei stanco

Rinfrescati ogni tanto bagnandoti con acqua



Se puoi, **non lavorare da solo**

Se ti senti male avvisa i colleghi, spostati in un luogo fresco, bagnati con acqua fresca



PER I DATORI DI LAVORO

COME ORGANIZZARE IL LAVORO ALL'APERTO

Sfrutta le **ore meno calde** per le lavorazioni sotto al sole



Aumenta gradualmente il carico di lavoro al caldo per favorire l’acclimatamento

Prevedi turnazioni per i lavori più gravosi

Prevedi pause brevi ma frequenti



Se non presenti, predisponi **aree ombreggiate**

Fornisci acqua a temperatura ambiente o non troppo fredda



Evita il lavoro in solitario

Fornisci indumenti traspiranti e di colore chiaro

Fai attenzione a lavoratori con **esigenze specifiche**

Informa i tuoi lavoratori sulle misure di **prevenzione** e aiutali a rispettarle!

