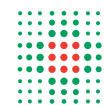




**In Emilia-Romagna
l'ARPA-ER fornisce
dati previsionali a tre
giorni sulle possibili
ondate di calore.
www.arpae.it**



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA



IMPARA A RICONOSCERE I COLPI DI CALORE

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

Per approfondimenti è possibile consultare il documento “LA PREVENZIONE DEL RISCHIO DA STRESS DA CALORE NEGLI AMBIENTI DI LAVORO” a cura del **Comitato Regionale** di Coordinamento ex art. 7 d.lgs. 81-08 della Regione Emilia-Romagna.

Testi in collaborazione con
Azienda Usl di Bologna



PREVIENI I RISCHI DA ALTE TEMPERATURE NEI CANTIERI

“ 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 dell’edilizia, 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 datori di lavoro e dei lavoratori stessi 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



Mangia cibi leggeri

Non bere alcool



Indossa abiti leggeri e 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



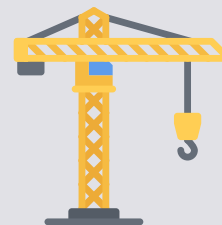
PER I DATORI DI LAVORO

COME ORGANIZZARE IL CANTIERE



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
Predisponi aree ombreggiate



Fornisci acqua potabile 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!