

# Quando sale la temperatura, aumenta l'attenzione!

Le elevate temperature possono compromettere la salute e la capacità di concentrazione dei lavoratori, aumentando il rischio di incidenti soprattutto nelle attività all'aperto.

## Effetti delle alte temperature sulla salute e sicurezza sul lavoro

**Colpo di sole:** eccessiva esposizione ai raggi che si manifesta con possibile rossore, dolore cutaneo edema, vescicole, febbre e cefalea.

**Crampi alle gambe e all'addome da calore:** effetto del surriscaldamento muscolare e disidratazione e sudorazione da possibile rossore, dolore cutaneo, edema, vescicole, febbre e cefalea.

**Colpo di calore:** con conseguente sintomatologia caratterizzata da temperatura corporea superiore a 40 °C, pelle secca e calda, tachicardia, respiro frequente e superficiale, stato confusionale con deliri o convulsioni, possibili spasmi muscolari alle gambe e all'addome e sudorazione, rossore e dolore cutaneo, edema, vescicole, febbre e cefalea.

**Esaurimento da calore:** abbondante sudorazione, astenia, cute pallida e fredda, polso debole, possibile perdita di coscienza sintomatologia caratterizzata da possibili spasmi muscolari alle gambe e all'addome e sudorazione da possibile rossore, dolore cutaneo, edema, vescicole, febbre e cefalea.

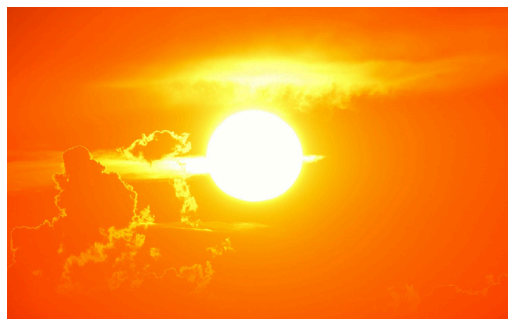
## Misure di prevenzione e protezione per i lavoratori esposti




Rispettare le misure di prevenzione e protezione per la salute dei lavoratori nei luoghi di lavoro previste dal Datore di lavoro e inserite nell'apposito Documento di Valutazione dei Rischi.




Rispettare le eventuali prescrizioni o indicazioni del Medico Competente aziendale.



Saper riconoscere i sintomi legati alla sovraesposizione alle alte temperature.



Idratarsi frequentemente possibilmente bevendo acqua fresca evitando bibite zuccherate o gassate; evitare assolutamente bevande a contenuto alcolico.



Evitare possibilmente di lavorare da soli e ridurre l'esposizione al sole/calore al minimo necessario.



Indossare abiti leggeri di fibre naturali, traspiranti, di colore chiaro. Indossare sempre un copricapo.

Consulta la mappa del rischio: [www.workclimate.it/scelta-mappa/sole-attivita-fisica-alta/](http://www.workclimate.it/scelta-mappa/sole-attivita-fisica-alta/)