

Emergenza caldo estivo nei luoghi di lavoro

Indicazioni a cura del Servizio aziendale di Medicina del
Lavoro - Sezione Ispettorato Medico del Lavoro

Telefono: 0471 437155

E-mail: medlav.ispettorato@sabes.it

Premessa

Il Servizio di Medicina del Lavoro - sezione Ispettorato Medico dell'Azienda Sanitaria dell'Alto Adige ha predisposto il presente vademecum allo scopo di fornire ai datori di lavoro e lavoratori un'informazione corretta e puntuale sull'argomento.

In estate e con il cambiamento climatico in atto, l'arrivo e la permanenza del caldo e dell'elevata umidità dell'aria ripropongono l'emergenza calore anche sui posti di lavoro. Durante le ondate di calore sono documentati effetti sulla salute (aumenti della mortalità, dei ricoveri ospedalieri, degli accessi al pronto soccorso). Le elevate temperature possono causare malori o ridurre la capacità di attenzione del lavoratore della lavoratrice, aumentando quindi il rischio di infortuni.

I lavoratori e le lavoratrici a rischio sono quelli/e che lavorano all'aperto o comunque in ambienti di lavoro caratterizzati da elevata temperatura e umidità dell'aria.

Lavorazioni a maggior rischio



- Mansioni svolte all'aperto che richiedono **protratti periodi di esposizione diretta al sole** come: lavorazioni in agricoltura – edilizia, cantieristica ecc;
- **Lavorazioni a caldo svolte all'interno:** forni di fusione, cucine, gallerie, miniere, ecc;
- Attività che richiedono l'**utilizzo di particolari DPI** (abbigliamento protettivo speciale);
- Mansioni che richiedono un **elevato impegno fisico**.



Patologie da calore e fattori che contribuiscono alla loro insorgenza - informativa per i datori di lavoro

Crampi da calore

Sono dolori muscolari causati dalla perdita di sali e liquidi corporei durante la sudorazione.

Dermatite da sudore

È il problema più comune negli ambienti di lavoro caldi. È la macerazione della pelle dovuta ad eccessiva sudorazione.

Squilibri idrominerali

Conseguenti a profuse perdite idriche da ipersudorazione e iperventilazione.

Sincope dovuta a calore

Perdita di coscienza che consegue ad un'eccessiva vasodilatazione e diminuzione della pressione arteriosa.

Colpo di calore

Vera emergenza medica. Si verifica quando il centro di termoregolazione dell'organismo è gravemente compromesso dall'esposizione al caldo e la temperatura corporea sale a livelli critici.

Cosa fare per la prevenzione delle patologie da calore nei luoghi di lavoro?

Informativa per i datori di lavoro

Il Testo Unico sulla salute e sicurezza dei lavoratori (D.Lgs n.81/2008) indica, tra gli obblighi del datore di lavoro, quello di valutare "tutti i rischi per la sicurezza e la salute dei lavoratori", tra cui anche il rischio microclima (artt. 180-185 D.Lgs. 81/2008) e individuare interventi mirati di prevenzione aziendale:

1. **Consultare** regolarmente i **bollettini meteo** nella stagione estiva, al fine di attivare rigorosamente le misure di prevenzione sottoindicate, soprattutto nelle giornate con temperatura $\geq 30^\circ$ e con un'umidità relativa $> 50\%$.
2. Nei giorni a elevato rischio **ridurre l'attività lavorativa nelle ore più calde** (dalle 14.00 alle 17:00) e programmare le attività più pesanti nelle ore più fresche della giornata.
3. Garantire **la disponibilità di acqua nei luoghi di lavoro**. Predisporre anche contenitori di acqua utilizzabili per rinfrescare il corpo. È importante assumere liquidi frequentemente durante il turno di lavoro evitando le bevande ghiacciate ed integrando con bevande idrosaline se si suda molto sentito il medico competente.
4. Inserire un **programma di acclimatazione graduale** e prevedere un programma di turnazione per limitare l'esposizione dei lavoratori.
5. Aumentare la frequenza delle **pause di recupero**, e **vigilare** affinché i periodi di pausa vengano rispettati.
6. Ove possibile mettere a disposizione dei lavoratori **luoghi climatizzati o zone ombreggiate** in cui trascorrere le pause di interruzione del lavoro.
7. Fornire **abbigliamento da lavoro leggero e traspirante**, e scegliere dispositivi di protezione individuali (DPI) adeguati.
8. **Ridurre la temperatura nei luoghi di lavoro chiusi**, mediante raffreddamento, utilizzo di schermi, apertura finestre ecc.
9. Prima di adibire i lavoratori, **informare e formare i lavoratori** sui rischi per la salute correlati al caldo. I lavoratori devono essere consapevoli dei rischi per la salute, delle misure necessarie per proteggersi e, di conseguenza, devono essere informati sull'obbligo delle pause, sulla necessità di bere frequentemente e sull'uso di protezioni per il capo.
10. Prima di adibire un lavoratore ad esposizione a microclima sfavorevole e mansioni pesanti e faticose, accertarsi che abbia eseguito la **visita medica** con espressione del giudizio di idoneità.
11. **Pianificazione e risposta alle emergenze:** sviluppare, con la collaborazione del medico competente, un piano di sorveglianza per il monitoraggio dei segni e i sintomi delle malattie da calore e di risposta alle emergenze. Il piano deve includere informazioni su cosa fare quando qualcuno mostra i segni delle malattie da calore, come contattare i soccorsi, quali misure di pronto soccorso attuare in attesa dell'arrivo dei soccorsi. Tutti i lavoratori devono essere messi a conoscenza del piano.

Come proteggere i lavoratori?

Indicazioni

1. **Prevenire la disidratazione** (avere acqua fresca a disposizione e bere regolarmente, a prescindere dallo stimolo della sete; bere almeno 1 bicchiere ogni 15 - 20 minuti).
2. **Indossare abiti leggeri** di cotone, traspiranti, di colore chiaro, comodi, adoperando un copricapo (non lavorare a pelle scoperta).
3. **Rinfrescarsi** bagnandosi con acqua fresca.
4. Informarsi sui **sintomi** a cui prestare attenzione e sulle procedure di emergenza.
5. Lavorare nelle zone **meno esposte al sole**.
6. **Ridurre il ritmo** di lavoro anche attraverso l'utilizzo di ausili meccanici.
7. Fare interruzioni e riposarsi in **luoghi freschi**.
8. **Evitare** di lavorare da soli.

In caso di malessere, le principali misure di Primo Soccorso da attuare sono:

- ✓ Chiamare il 112
- ✓ Chiamare subito un incaricato di Primo Soccorso
- ✓ 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
- ✓ Fare spugnature con acqua fresca su fronte, nuca ed estremità (braccia-gambe)
- ✓ Ventilare il lavoratore
- ✓ Solo se la persona è cosciente far bere acqua, a piccole quantità.

Per approfondimenti

[Guida informativa per la gestione del rischio caldo – progetto Workclimate - INAIL portaleagentifisici.it/fo_microclima_index.php?lg=IT](http://portaleagentifisici.it/fo_microclima_index.php?lg=IT)

immagini: 123RF