

STRESS DA CALORE IN AGRICOLTURA



Se sei un lavoratore

Alcuni fattori climatici, come le **“ondate di calore”**, possono avere un impatto negativo sull’organismo umano. Il conseguente aumento delle temperature può causare un impatto sullo stato di salute dei lavoratori specie se associate a umidità dell’aria elevata e **se il lavoro si svolge in pieno sole**.

Alcuni **fattori individuali possono favorire il colpo di calore**:

età, eccessiva magrezza ed obesità, assunzione di farmaci che possono aumentare la suscettibilità al calore, condizioni cliniche generali preesistenti che possono rendere “fragile” il soggetto, ipersuscettibilità individuale.

1

NON SOTTOVALUTARE

nessun sintomo, se fa molto caldo e non ti senti bene

2

PREOCCUPATI SE

hai mal di testa, ti senti agitato, hai capogiri, difficoltà a respirare, crampi e palpitazioni

3

AVVISA SUBITO

un collega, il datore di lavoro o comunque qualcuno che possa aiutarti



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



Fai pause in zone ombreggiate



Mangia cibi leggeri e tanta frutta e verdura



Copri sempre la testa e vestiti in modo adeguato

Se sei un datore di lavoro

Elementi utili per valutare il rischio stress da calore:

Verificare giornalmente le condizioni meteorologiche consultando i Bollettini metereologici e i dati dei Sistemi previsionali di allerta caldo.

Utilizza Workclimate (INAIL e CNR-IBE) e la piattaforma previsionale di allerta: un sistema di allerta da caldo con mappe nazionali di previsione del rischio per profili di lavoratori non acclimatati al caldo, specifico per il settore occupazionale.

La piattaforma web Workclimate è consultabile all'indirizzo: <https://www.workclimate.it/scelta-mappa>

Come organizzare il lavoro all'aperto

- **Sfrutta le ore meno calde per le lavorazioni sotto al sole**
- **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
- **Informa** i tuoi lavoratori sulle misure di prevenzione e aiutali a rispettarle!



Principali misure di PRIMO SOCCORSO

- Chiamare il **112/118**
- 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
- Slacciare o togliere gli abiti
- Fare spugnature con acqua fresca su fronte, nuca ed estremità
- Ventilare il lavoratore
- Solo se la persona è cosciente far bere acqua, ancor meglio se una soluzione salina, ogni 15 minuti a piccole quantità
- Mantenere la persona in assoluto riposo.

APPROFONDIMENTI E CONTATTI

ATS Pavia: <https://www.ats-pavia.it/agricoltura>

Ente Bilaterale Agricolo C.I.M.I. - A.V.

Corso Strada Nuova 86 - Pavia - Tel. 0382 35409

info@cimipavia.it - segreteria@cimipavia.it



HEATH STRESS IN AGRICULTURE



If you are a worker

Certain climate conditions, such as **“heat stroke”**, can negatively affect the human organism. The consequent increase of the temperature can impact workers health, especially when combined with high level of air humidity and **if the work take place under the direct sun.**

Some **individual factors can contribute to the development of heat stroke:** age, excessive thinness or obesity, medications that can increase the susceptibility to heat, pre-existing general clinical conditions that weaken the body, individual hypersensitivity.

1

DON'T UNDESTIMATE

any symptoms, if it's too hot and you are not feeling well

2

BE CONCERNED IF

you have a headache, any dizziness, difficulty in breathing, cramps and palpitations

3

IMMEDIATELY WARNS

a colleague, your employer or anyone who can help you



Drink small amount of water frequently, even if you are not thirsty, and avoid alcohol



Take breaks in shaded areas



Eat light meals and plenty of fruits and vegetables



Cover your head and wear appropriate clothing

If you are an employer

Useful Elements to Assess the Risk of Heat Stroke:

Check daily meteorological conditions by consulting weather reports and data from heatwave prediction systems.

Use Worklimate (INAIL and CNR-IBE) and its alert predictive platform: a heat-alert system featuring national forecast risk maps for workers who are not acclimatized to heat, specific to the each occupational sector.

The web platform Worklimate is available at:

<https://www.worklimate.it/scelta-mappa>

How to organise outdoor work

- Take advantage of cooler hours to work in direct sunlight
- Schedule shifts for heavier tasks
- Provide short but frequent breaks
- If shaded areas are unavailable, arrange temporary shelters
- Provide room temperature water, not too cold
- Inform your workers about preventive measures and help them respect them!



MAIN FIRST AID MEASURES

- Call **112/118**
- Notify the First Aid Officer immediately
- Move the worker to a cooler and shaded place, lay them down if dizzy or on their side if nauseous.
- Loosen or remove excess clothing
- Sponge the forehead, nape and extremities with cool water
- Provide ventilation to the worker
- If the worker is conscious, give sips of water or a saline solution, every 15 minutes in small amounts
- Keep the worker at complete rest

INSIGHTS AND CONTACTS

ATS Pavia: <https://www.ats-pavia.it/agricoltura>

Ente Bilaterale Agricolo C.I.M.I. - A.V.

Corso Strada Nuova 86 - Pavia - Tel. 0382 35409

info@cimipavia.it - segreteria@cimipavia.it



STRESS THERMIQUE DANS L'AGRICULTURE



Si vous êtes un travailleur

Certains facteurs climatiques, tels que les **canicules ou vagues de chaleur**, peuvent avoir un impact négatif sur le corps humain. L'élévation des températures qui en résulte peut affecter la santé des travailleurs, en particulier si elle est associée à une forte humidité et **si le travail est réalisé en plein soleil**.

Certains facteurs individuels peuvent favoriser le coup de chaleur:

âge, minceur excessive ou obésité, prise de médicaments qui peuvent accroître la sensibilité à la chaleur, conditions cliniques générales préexistantes qui peuvent rendre le sujet "fragile", hypersusceptibilité individuelle

1

NE SOUS-ESTIMEZ PAS

aucun symptôme si la chaleur est intense et vous ne vous sentez pas bien

2

INQUIÉTEZ-VOUS SI

vous avez mal de tête ou migraine, agitation, vertiges, difficultés à respirer, crampes ou palpitations

3

PRÉVENEZ IMMÉDIATEMENT

un collègue, votre employeur ou toute personne qui peut vous



Buvez peu et souvent, même si vous n'avez pas soif, et ne buvez pas d'alcool



Faites des pauses dans des zones ombragées



Mangez des repas légers et beaucoup de fruits et légumes and vegetables



Couvrez toujours votre tête et habillez-vous de manière appropriée

Si vous êtes un employeur

Éléments utiles pour évaluer le risque de stress thermique :

Vérifiez tous les jours les conditions météorologiques en consultant les bulletins météorologiques et les données des systèmes prévisionnels d'alerte chaleur.

Utilisez Workclimate (INAIL et CNR-IBE) et la plateforme prévisionnelle d'avertissement: il s'agit d'un système d'alerte à la chaleur avec des cartes nationales de prévision des risques pour les travailleurs non acclimatés à la chaleur, spécifique par secteur d'activité.

La plateforme web Workclimate est consultable à l'adresse:

<https://www.workclimate.it/scelta-mappa>

Comment organiser le travail en extérieur

- Exploitez les heures les moins chaudes pour les travaux exposés au soleil
- Prévoyez des rotations pour les tâches les plus lourdes
- Déterminez des pauses courtes mais fréquentes
- Aménagez des zones ombragées si elles ne sont pas présentes
- Donnez de l'eau à température ambiante ou pas trop froide
- Informez vos travailleurs des mesures de prévention et aidez-les à les respecter!



Principales mesures de PREMIERS SECOURS

- Appelez le **112/118**
- Appelez immédiatement un secouriste désigné
- Placez le travailleur à l'ombre et au frais, allongé-le en cas de vertiges et sur le côté en cas de nausées.
- Desserrez ou retirez les vêtements
- Faites des éponges d'eau fraîche sur le front, la nuque et les extrémités
- Ventilez le travailleur
- Seulement si la personne est consciente, faites-la boire de l'eau, ou mieux encore une solution saline, toutes les 15 minutes en petites quantités
- Maintenez la personne en repos absolu

APPROFONDISSEMENTS ET CONTACTS

ATS Pavia: <https://www.ats-pavia.it/agricoltura>

Ente Bilaterale Agricolo C.I.M.I. - A.V.

Corso Strada Nuova 86 - Pavia - Tel. 0382 35409

info@cimipavia.it - segreteria@cimipavia.it

