



REGIONE SICILIANA

AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE di SIRACUSA

U.O.C. Servizio Prevenzione Sicurezza Ambienti Lavoro – Medicina del Lavoro

Direttore f.f.: Dott.ssa M. Alba Spadafora

Via Traversa La Pizzuta, 14 (ex O.N.P.) - 96100 Siracusa – Tel. 0931484509 - Fax: 0931484516

Recapito Postale: Corso Gelone, 17 – 96100 SIRACUSA

e.mail: spresal@asp.sr.it / spresal@pec.asp.sr.it

IL CALDO NEI CANTIERI

RACCOMANDAZIONI UTILI PER AFFRONTARE IL CALDO NEI LAVORI EDILI



ASP SR 8 - DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

U.O.C. Servizio **PRE**venzione **S**icurezza **A**mbienti di **L**avoro

PREMESSA

Lo scopo del presente documento è quello di descrivere e fornire raccomandazioni utili e non esaustive per affrontare al meglio il caldo nei lavori in edilizia al fine di **favorire la prevenzione dei problemi legati al caldo**.

*I raggi del sole non solo ci donano benessere, ma nascondono anche dei **pericoli**: “sono composti di luce visibile (50 %), raggi infrarossi (44 %) e raggi ultravioletti UV (6 %)”. E i raggi UV “sono una delle cause principali del **cancro della pelle** e favoriscono l'**invecchiamento** precoce della pelle”.*

*La nostra pelle porta nel tempo i “**segni di ogni raggio di sole e soprattutto di ogni scottatura, a partire dall'infanzia**”.
E le scottature aumentano il rischio di insorgenza di tumori della pelle.*

Senza dimenticare che i raggi UV “mettono in pericolo anche gli occhi non protetti e possono danneggiarli in modo permanente”.

La pelle può rimanere esposta al sole per poco tempo senza arrossarsi o scottarsi. Nelle persone di pelle chiara questo “tempo di autodifesa” è di soli cinque a dieci minuti, mentre “le persone con pelle più scura sopportano il sole un po' più a lungo”.

*Insomma prima o poi **la pelle ha bisogno di essere protetta**: “dall'ombra, da indumenti adatti o da creme solari”.*



COLPO DI CALORE

A) consigli per tutti coloro che lavorano all'aperto:

- trascorrere le pause all'ombra;
- indossare cappello (o casco) e occhiali da sole;
- proteggersi con gli indumenti: maglietta con colletto o camicia, pantaloni lunghi;
- applicare ripetutamente un prodotto solare con fattore di protezione almeno 25;
- concentrare i lavori al sole possibilmente prima delle 11.00 o dopo le 15.00, quando i raggi UV sono meno intensi.

B) informazioni utili per tutti:

- l'ombra è la miglior protezione solare;
- superfici chiare come metallo, calcestruzzo chiaro, acqua o neve riflettono e potenziano i raggi UV;
- anche con il cielo coperto, fino all'80 % dei raggi UV penetra attraverso le nubi;
- due terzi dell'intera dose quotidiana di raggi UV colpiscono la superficie terrestre tra le 11 e le 15;
- i vestiti sono una buona protezione solare, ma non sono tutti uguali: tessuti a trama fitta con colori intensi proteggono meglio di stoffe leggere, trasparenti o chiare;
- un cappello a tesa larga o un fazzoletto proteggono la nuca;
- controllare la protezione UV degli occhiali da sole (marchio CE «100 % UV fino a 400 nm»);
- anche il solarium danneggia la pelle e costituisce un inutile carico di UV per il corpo.

C) indumenti protettivi da utilizzare per la protezione della pelle:

- quando si lavora al sole, anche se fa caldo, **non bisogna togliersi i vestiti** (mai esporsi a torso nudo), vanno invece usati abiti leggeri e larghi che non ostacolino i movimenti, con maniche lunghe ed accollati e pantaloni lunghi. I tessuti devono garantire una buona protezione dai raggi UV e devono essere freschi per l'estate.



MISURE DI PREVENZIONE CHE IL DATORE DI LAVORO DEVE METTERE IN ATTO

1	PROGRAMMARE ATTIVITA' LAVORATIVE NEI PERIODI PIU' FRESCHI DELLA GIORNATA (<i>possibilmente nelle prime ore del mattino – fino max alle ore 11:00 – e dopo le ore 15:00</i>)
2	LIMITARE LO SFORZO FISICO e/o PROGRAMMARLO NELLE FASCE ORARIE CON TEMPERATURE PIU' FRESCHE; <i>se possibile</i> UTILIZZARE SOLLEVATORI MECCANICI
3	PREDISPORRE AREE OMBREGGiate ANCHE ATTRAVERSO L'UTILIZZO DI OMBRELLONI DA CANTIERE
4	PROGRAMMARE PAUSE IN LUOGO FRESCO e/o NELLE AREE OMBREGGiate (<i>indicativamente, ma non tassativamente, 10 minuti di pausa ogni ORA lavorata – 10'/1h – o comunque la durata delle stesse correlata e determinata sulla base delle condizioni di rischio dei singoli cantieri; tali pause devono essere programmate dall'impresa ed attuate dal preposto ovvero non lasciate alla determinazione del singolo lavoratore</i>)
5	GARANTIRE LA DISPONIBILITA' DI ACQUA NEI LUOGHI DI LAVORO: <i>è importante assumere liquidi frequentemente durante il turno di lavoro, evitando le bevande ghiacciate ed integrando con bevande idrosaline se si suda molto; bere acqua fresca e sali minerali e rinfrescarsi non solo abbassa la temperatura interna del corpo, ma soprattutto consente al fisico di recuperare i liquidi persi con la sudorazione. Una semplice bevanda idrosalina si può realizzare aggiungendo a 1.5 litri d'acqua, 4/5 cucchiaini di zucchero, 1 cucchiaino di sale, 1 cucchiaino di bicarbonato di sodio e del succo di limone.</i>
6	RICORDARE AI LAVORATORI DI BERE SPESSO (circa 4 bicchieri - tazze / ora)
7	DIVIETO DI ASSUNZIONE DI BEVANDE ALCOLICHE
8	MESSA A DISPOSIZIONE DI CREME SOLARI CON ADEGUATO FATTORE DI PROTEZIONE E PROTEGGERE LE PARTI DEL CORPO ESPOSTE TRAMITE L'APPLICAZIONE DELLE CREME
9	INDOSSARE ABITI LEGGERI CHE PROTEGGONO DAI RAGGI DEL SOLE E PERMETTONO LA TRASPIRAZIONE DEL SUDORE
10	EVITARE LAVORI ISOLATI E FAR SORVEGLIARE DA UN'ALTRA PERSONA I LAVORATORI CHE DEVONO INDOSSARE DPI PARTICOLARMENTE FASTIDIOSI (<i>es. tuta con maschera</i>)
11	INFORMAZIONE AI LAVORATORI SU: <ul style="list-style-type: none">- POSSIBILI PROBLEMI DI SALUTE CAUSATI DAL CALORE- SEGNI E SINTOMI PREMONITORI- NECESSITA' DI CONSULTARE IL MEDICO COMPETENTE e/o IL PROPRIO MEDICO DI FAMIGLIA RELATIVAMENTE AD EVENTUALI MODIFICHE / SOSPENSIONI DI TRATTAMENTI FARMACOLOGICI IN CORSO
12	FORMAZIONE SPECIFICA DEGLI ADDETTI AL PRIMO SOCCORSO AZIENDALE: <ul style="list-style-type: none">- SUI POSSIBILI PROBLEMI DI SALUTE CAUSATI DAL CALORE- SEGNI E SINTOMI PREMONITORI- NOZIONI SPECIFICHE DI PRIMO SOCCORSO