PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 24 - numero 5212 di Lunedì 25 luglio 2022

Stress da calore: quali sono le condizioni che aumentano i rischi?

Il progetto Worklimate si sofferma sulle condizioni croniche che aumentano la suscettibilità al caldo. Le patologie che aumentano il rischio di effetti avversi e come prevenire i rischi in caso di maggiore suscettibilità al caldo.

Le ondate di calore possono poi avere pesanti ripercussioni sulla salute dei lavoratori, specialmente quando impegnati nelle attività outdoor, e proprio per questo motivo il progetto WORKLIMATE (*Impatto dello stress termico ambientale sulla salute e produttività dei lavoratori: strategie di intervento e sviluppo di un sistema integrato di allerta meteo-climatica ed epidemiologica per vari ambiti occupazionali*) ha favorito una importante attività di ricerca relativa all'approfondimento delle conoscenze sull'effetto delle condizioni di stress termico ambientale sui lavoratori.

Attraverso questo progetto - sviluppato in collaborazione fra INAIL, CNR - IBE, Azienda USL Toscana Centro, Azienda USL Toscana Sud Est, Dipartimento di Epidemiologia, Servizio Sanitario Regionale Lazio e Consorzio LaMMA ? sono stati elaborati **documenti e brochure informative** che possono essere molto utili per la prevenzione del rischio microclimatico nel mondo del lavoro.

In precedenti articoli di presentazione di questi documenti abbiamo presentato una brochure sulle patologie da caldo ed un vero e proprio decalogo destinato ai datori di lavoro.

Oggi ci soffermiamo, invece, sulle particolari fragilità con riferimento alla brochure dal titolo "**Condizioni croniche che aumentano la suscettibilità al caldo**", un documento curato da Miriam Levi (Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL Toscana Centro), Francesca de' Donato e Manuela De Sario (Dipartimento di Epidemiologia del Servizio Sanitario Regionale - Regione Lazio), Emanuele Crocetti (Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL Toscana Centro), Andrea Bogi e Iole Pinto (Laboratorio di Sanità Pubblica, Laboratorio Agenti Fisici dell'Azienda USL Toscana Sud-Est), Marco Morabito e Alessandro Messeri (Consiglio Nazionale delle Ricerche), Alessandro Marinaccio, Simona Del Ferraro, Tiziana Falcone, Vincenzo Molinaro e Michela Bonafede (Dimeila, Inail).



Questi gli argomenti presentati nell'articolo:

- Progetto Worklimate: le patologie che aumentano il rischio di effetti avversi
- Progetto Worklimate: come prevenire i rischi di una maggiore suscettibilità

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[CSRS12_RADS] ?#>

Progetto Worklimate: le patologie che aumentano il rischio di effetti avversi

Il documento del progetto Worklimate sottolinea che alcune patologie croniche aumentano il rischio di effetti avversi del caldo, sia nella popolazione generale che nei lavoratori, e riporta alcuni esempi:

- **Malattie della tiroide**: "Gli ormoni tiroidei inducono liberazione di energia termica dalle cellule
- **Obesità**: Nei soggetti obesi aumenta lo sforzo cardiaco necessario per lavorare in ambienti caldi
- **Asma e Bronchite cronica**: Il caldo può provocare broncocostrizione e attacchi di asma specialmente in presenza di alti tassi di umidità"
- **Disturbi psichici e malattie neurologiche**: "Possono causare un'alterata percezione dei rischi associati al caldo e la conseguente assunzione di comportamenti inadeguati
- **Patologie cardiovascolari**: Possono rendere difficile il potenziamento del lavoro cardiaco necessario da una parte per disperdere il calore attraverso un aumento del flusso verso i distretti periferici e dall'altra per incrementare il flusso sanguigno verso i distretti muscolari interessati dallo sforzo, soprattutto per mansioni lavorative ad elevato impegno metabolico".

Inoltre il **diabete**:

- "Ostacola la dispersione di calore a seguito della ridotta vasodilatazione al caldo per una globale alterazione della reattività del microcircolo, condizione esacerbata da una eventuale neuropatia periferica, che riduce e rallenta l'attivazione dei meccanismi termoregolatori

- In caso di sforzi fisici intensi si possono verificare abbassamenti della glicemia".

E riguardo alle **malattie renali**:

- "Per i soggetti con insufficienza renale o dializzati è riportata in letteratura una frequente associazione con ipertensione arteriosa e altre patologie cardiovascolari, con aumento del rischio di sbalzi di pressione associati al caldo
- La disidratazione può peggiorare l'insufficienza renale".

Senza dimenticare che alcuni **farmaci** per la cura di queste patologie possono aumentare il rischio di disturbi connessi con gli stress termici.

Progetto Worklimate: come prevenire i rischi di una maggiore suscettibilità

Cosa fare in queste situazioni di maggiore suscettibilità al caldo?

Anche in questo caso il documento riporta esempi e indicazioni pratiche.

Ne riprendiamo alcune.

Ad esempio per le **persone ipertese e con patologie cardiovascolari**:

- "Attenzione alla corretta idratazione ed al reintegro, oltre che dei liquidi persi, anche dei sali minerali, specialmente in presenza di fattori di rischio concomitanti (es. infezioni gastrointestinali) che possono favorire l'insorgenza di aritmie
- Attenzione ad alzarsi bruscamente per evitare sbalzi improvvisi di pressione
- Monitorare più spesso la pressione arteriosa durante l'estate, e richiedere il parere del medico curante per eventuali aggiustamenti della terapia
- Se si soffre di ipertensione ridurre il consumo di sale".

Altre indicazioni:

- **Persone con malattie respiratorie**:
  - ♦ Portare con sé la terapia da effettuare in caso di broncocostrizione
- **Persone con disturbi psichici o neurologici**
  - ♦ Idratarsi adeguatamente e assumere regolarmente le terapie
- **Persone con disturbi renali**
  - ♦ Monitorare più spesso la pressione arteriosa
  - ♦ Idratarsi adeguatamente e seguire una sana alimentazione preferendo alimenti ricchi di fibre e poveri di potassio.

Infine la brochure riporta dei suggerimenti per **tutti i lavoratori con una condizione cronica**:

- "Confrontarsi con il medico competente e con il medico curante sui corretti comportamenti da adottare in caso di esposizione al caldo
- Tenere presente che l'organismo ha bisogno di adattarsi al caldo in modo graduale
- Già prima del turno di lavoro rinfrescarsi e idratarsi con bevande fresche, limitando il consumo di caffè che favorisce la disidratazione
- Seguire una sana alimentazione nutrendosi a sufficienza ed evitando il consumo di alcol
- Informarsi sulle previsioni degli effetti del caldo sui lavoratori in funzione di vari contesti occupazionali"
- "Fare attenzione a sintomi come sudorazione intensa, cefalea, nausea, crampi: allerta rapidamente i colleghi e il responsabile per la sicurezza
- In caso di aggravamento dei sintomi contattare rapidamente il 118
- Non sospendere autonomamente le terapie in corso: una sospensione, anche temporanea, della terapia senza il controllo del medico può aggravare severamente uno stato patologico".

In conclusione, per avere ulteriori informazioni e per le previsioni degli effetti del caldo sui lavoratori, si rimanda agli spazi web del Ministero della Salute sulle ondate di calore e alla pagina web relativa al prototipo di piattaforma previsionale di allerta per un primo screening dei rischi legati allo stress da caldo per i lavoratori.

RTM

Scarica i documenti da cui è tratto l'articolo:

Progetto WORKLIMATE - INAIL, CNR - IBE, Azienda USL Toscana Centro, Azienda USL Toscana Sud Est, Dipartimento di Epidemiologia, Servizio Sanitario Regionale Lazio e Consorzio LaMMA ? "Brochure informative sulla prevenzione del rischio caldo", a cura di Miriam Levi (UFC Epidemiologia, Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL Toscana Centro), Francesca de' Donato e Manuela De Sario (Dipartimento di Epidemiologia del Servizio Sanitario Regionale - Regione Lazio), Emanuele Crocetti (UFS CeRIMP, Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL Toscana Centro), Andrea Bogi e Iole Pinto (Laboratorio di Sanità Pubblica, Laboratorio Agenti Fisici dell'Azienda USL Toscana Sud-Est), Marco Morabito (Istituto per la BioEconomia - Consiglio Nazionale delle Ricerche), Alessandro Messeri (IBC, CNR, meteorologo AMPRO), Alessandro Marinaccio, Simona Del Ferraro, Tiziana Falcone, Vincenzo Molinaro e Michela Bonafede (Dipartimento di Medicina, Epidemiologia, Igiene del lavoro ed ambientale ? INAIL) ? edizione 2022.

Licenza Creative Commons

www.puntosicuro.it