



## Lavori all'aperto in condizioni di canicola Lista di controllo

**I vostri collaboratori sono sufficientemente protetti contro gli effetti della canicola, dei raggi UV e dell'ozono?**

**Canicola:** durante i periodi di caldo intenso l'organismo è fortemente sollecitato, soprattutto se l'umidità atmosferica è molto elevata. Le persone più a rischio sono quelle che svolgono lavori pesanti all'aperto e gli effetti hanno ripercussioni soprattutto sull'apparato circolatorio. Le temperature molto elevate possono causare crampi, insolazioni o, nella peggiore delle ipotesi, un colpo di calore.

**Radiazioni solari (raggi UV):** lavorare all'aperto espone le persone al doppio di radiazioni UV rispetto al totale di quelle a cui si è esposti normalmente durante il tempo libero e le vacanze. La protezione solare è necessaria già da aprile, anche se le temperature non sono così alte. I raggi UV raggiungono la massima intensità nei mesi di giugno e luglio ed è quindi opportuno adottare delle misure di protezione. Durante la giornata le temperature massime si registrano tra le 11:00 e le 15:00. La mancanza di protezione dai raggi UV durante l'attività lavorativa può provocare l'insorgenza dell'epitelioma, una forma tumorale che colpisce circa 1000 persone all'anno.

**Ozono:** l'ozono si forma soprattutto in estate in condizioni di forte irraggiamento solare. Le temperature massime giornaliere si registrano tra le 16:00 e le 18:00. L'ozono che si forma in prossimità del suolo (ozono troposferico) ha l'effetto di un gas irritante. L'esposizione a elevate concentrazioni di ozono può provocare bruciore agli occhi, irritazioni della gola e della faringe, insufficienza respiratoria e mal di testa.

Con la presente lista di controllo potete individuare meglio queste fonti di pericolo durante i lavori all'aperto.

## 1. Compilate la lista di controllo.

Se rispondete a una domanda con «no» o «in parte», occorre adottare una contromisura che poi annoterete sul retro. Tralasciate le domande che non interessano la vostra azienda.

## 2. Apportate i necessari miglioramenti e verificate l'attuazione.

### In generale

- 1 La persona responsabile in loco della tutela della salute conosce i pericoli legati ai raggi UV, alla canicola e all'ozono e sa quali sono le misure di protezione necessarie?

sì  
 in parte  
 no

- 2 I collaboratori sono informati sui rischi legati ai raggi UV, alla canicola e all'ozono e sanno come comportarsi (fig. 1)?

sì  
 in parte  
 no



1 Istruire i collaboratori

### Protezione dai raggi UV (anche con scarsa nuvolosità) da aprile a settembre

- 3 I collaboratori indossano abiti leggeri che proteggono la pelle dai raggi solari?

sì  
 in parte  
 no

- 4 I collaboratori si ricordano di utilizzare una crema solare (con un fattore di protezione minimo pari a 30) più volte al giorno per proteggere tutte le parti del corpo esposte?

sì  
 in parte  
 no

La crema va applicata soprattutto su labbra, naso, orecchie, fronte e nuca.

- 5 Se necessario, i collaboratori indossano occhiali da sole adeguati che proteggono gli occhi dall'abbagliamento e dai raggi UV?

sì  
 in parte  
 no

### Ulteriore protezione dai raggi UV (anche con scarsa nuvolosità) in giugno e luglio

I raggi UV sono particolarmente intensi nei mesi di giugno e luglio ed è quindi necessario ricorrere ad almeno una delle seguenti misure di protezione.

- 6 È possibile adeguare gli orari di lavoro in modo che i collaboratori non debbano lavorare sotto il sole diretto?

sì  
 in parte  
 no

- 7 È possibile fare ombra sul luogo di lavoro o svolgere i lavori in luoghi ombreggiati?

sì  
 in parte  
 no

Un parasole o una tenda offrono la protezione necessaria.

- 8 Se non è possibile lavorare all'ombra, i collaboratori indossano un copricapo adeguato o un'ulteriore protezione, oltre al casco, con visiera e proteggi nuca?

sì  
 in parte  
 no

### Obblighi dei lavoratori

I lavoratori devono assecondare il datore di lavoro nell'applicazione delle prescrizioni sulla prevenzione degli infortuni e delle malattie professionali.



2 Il corpo deve essere interamente schermato dai raggi solari (raggi UV).



3 Se possibile, ombreggiare i luoghi di lavoro. Si tratta della protezione più efficace.

**Canicola: lavorare all'aperto con più 25 °C all'ombra**

- 9 Le condizioni ambientali nei diversi luoghi di lavoro e lo stato fisico dei collaboratori sono costantemente sotto osservazione?  sì  
 in parte  
 no
- 
- 10 Sono disponibili dei luoghi ombreggiati dove fare una pausa?  sì  
 in parte  
 no
- 
- 11 Sul luogo di lavoro è disponibile sufficiente acqua potabile?  sì  
 in parte  
 no
- 
- 12 I collaboratori assumono una quantità sufficiente di liquidi?  sì  
 in parte  
 no  
A seconda dell'attività è necessario assumere 2-3 litri di liquidi al giorno.
- 
- 13 I collaboratori evitano di consumare bevande alcoliche o droghe?  sì  
 in parte  
 no
- 
- 14 Si adegua l'orario di lavoro alle particolari condizioni del luogo (fig. 2)?  sì  
 in parte  
 no  
Ad esempio è opportuno adeguare l'orario di inizio dei lavori ed eseguire i lavori pesanti nelle prime ore del mattino.
- 
- 15 I collaboratori indossano abiti leggeri, comodi e traspiranti?  sì  
 in parte  
 no
- 



4 Nei mesi di giugno e luglio indossare un copricapo con visiera e proteggi nuca.

**Canicola: ulteriori misure per le temperature superiori a 30 °C all'ombra**

- 16 I collaboratori sanno che se hanno la febbre non devono lavorare a queste temperature?  sì  
 in parte  
 no
- 
- 17 I collaboratori fanno regolarmente una breve pausa in un luogo fresco e ombreggiato (fig. 5)?  sì  
 in parte  
 no
- 
- 18 Quando le temperature superano i 30 °C si cerca, per quanto possibile, di lavorare soltanto in luoghi ombreggiati?  sì  
 in parte  
 no
- 
- 19 I collaboratori che lavorano soli o devono utilizzare dispositivi di protezione individuale pesanti (ad esempio una tuta di protezione con maschera antipolvere) vengono sorvegliati da un'altra persona?  sì  
 in parte  
 no
- 



5 Il corpo recupera le energie più velocemente in un luogo fresco.



### Canicola: ulteriori misure per le temperature superiori a 35 °C all'ombra

20 Si evita di lavorare sotto il sole diretto?

All'occorrenza ombreggiare il luogo di lavoro con un tetto provvisorio, un tendone parasole o un telo.

- sì  
 in parte  
 no

21 Si riducono al minimo indispensabile i lavori molti pesanti (fig. 6)?

- sì  
 in parte  
 no

22 I collaboratori bevono a sufficienza?

Minimo 3–5 decilitri 2–3 volte ogni ora

- sì  
 in parte  
 no

23 Si fa una pausa di circa 15 minuti ogni ora in un luogo fresco e ombreggiato?

- sì  
 in parte  
 no

24 I collaboratori prestano attenzione a eventuali sintomi di patologie da calore in se stessi o nei colleghi (debolezza, esaurimento fisico, giramenti di testa, nausea, crampi muscolari, disturbi della concentrazione)?

- sì  
 in parte  
 no

### Alcuni esempi di lavori faticosi:

- lavori di scavo intensi;
- salire frequentemente su scale e scale portatili;
- sollevare e portare continuamente carichi pesanti.



6 È necessario adattare gli orari di lavoro per i lavori faticosi e in caso di forte radiazione ultravioletta, canicola o alte concentrazioni di ozono.

### Condizioni climatiche straordinarie (elevata umidità atmosferica)

25 In caso di clima afoso (umidità relativa dell'aria superiore al 75 %) e con temperature superiori ai 32 °C è necessario adottare le misure descritte nelle domande 20–24. Queste misure vengono anche rispettate?

- sì  
 in parte  
 no

### Link di approfondimento

- [www.suva.ch/caldo](http://www.suva.ch/caldo)
- [www.suva.ch/sole](http://www.suva.ch/sole)
- [www.ozono-info.ch](http://www.ozono-info.ch)

Questo elenco di domande non è esaustivo. Nella valutazione dei pericoli si parte dal presupposto che per i lavori all'aperto, quindi esposti a canicola, raggi UV e concentrazioni di ozono, si impieghino esclusivamente collaboratori in buono stato di salute. Chi assume medicinali potrebbe presentare una capacità di rendimento ridotta.

## Appunti:

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

**Lavori all'aperto in condizioni di canicola**

Lista di controllo compilata da: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

N.	Misure da adottare	Termine	Incaricato	Liquidato		Osservazione	Controllato	
				Data	Visto		Data	Visto

Data del prossimo controllo: \_\_\_\_\_

(Raccomandazione: ogni 6 mesi)

→ Per informazioni: tel. 041 419 58 51, [servizio.clienti@suva.ch](mailto:servizio.clienti@suva.ch)  
 Download e ordinazioni: [www.suva.ch/67135.i](http://www.suva.ch/67135.i)