

Dott. PIERLUIGI PIANTONI
MEDICO CHIRURGO
Medicina generale
Specialista in medicina preventiva
dei lavoratori e psicotecnica
Neurologia
Via Cappuccini 18 – 20900 MONZA

Problema del calore in ambito lavorativo

E' necessario distinguere le patologie provocate da eccesso di calore , naturale o artificiale, (caldo estivo o lavori esposti a temperature elevate – fonderie e laminatoi – VV. Fuoco), dalle patologie in atto nei lavoratori e suscettibili di maggiori rischi da esposizione a calore/caldo elevato.

Questo perché con tale distinzione si entra nel discorso di programmazione di protezione e prevenzione nelle varie attività lavorative dei lavoratori in questione.

Nel primo caso si può parlare di effetti del calore in persone sane e senza evidenti patologie, nelle quali si possono manifestare tali effetti ben descritti nel DVR:

- 1- Colpo di sole (febbre, cefalea, rossore e gonfiore, con manifestazioni cutanee-- ustioni di primo e secondo tipo).
- 2 - Crampi da calore, per disidratazione e deplezione di Potassio (sudorazione elevata e continua, con spasmi agli arti e addome).
- 3 – Esaurimento o stress da calore (sudorazione ancora aumentata, stanchezza e debolezza, cute pallida e fredda, polso debole , ma temperatura ancora nella norma).
- 4- Colpo di calore col quale si entra nel pericolo grave del collasso (Temperatura supera i 40°, sudorazione scompare e la pelle diventa secca e calda, respiro frequente e polso rapido, rischio di perdita di coscienza) .

Diventa così evidente che ogni intervento di protezione e prevenzione deve attuare correzione della situazione già prima del terzo e quarto punto, cioè ai punti uno e due, con tutte quelle azioni ben esposte nel DVR, che possono determinare la risoluzione del quadro clinico e dei sintomi , ma soprattutto evitare di arrivare ai rischi più gravi dei punti 3 e 4 .

In campo di protezione nel corso di stress da calore valgono tutte le indicazioni ormai a conoscenza di tutti e soprattutto degli addetti al Primo Soccorso (Bere molto, usare sali minerali-integratori, portare all'ombra il lavoratore e bagnare corpo- fronte e abiti con spugnature e moderata acqua..)
Quindi niente secchiate d'acqua fredda, che potrebbe provocare reazione negativa (vasocostrizione)

In campo di prevenzione invece, ricordare di raccomandare a tutti alimentazione leggera e niente alcolici (e poco fumo) . Bere fresco , ma non ghiacciato, per rischio di congestioni e sincope.
Imparare dai paesi caldi e dai popoli di religione islamica, dove , oltre alla proibizione dell'alcool (per motivo religioso, ma anche di salute e igiene), la sete viene tolta con bevande calde o tiepide...
Vestiti adeguati (meglio una maglietta leggera di cotone che a torso nudo, perché così il sudore non evapora subito, ma rimane più tempo nella maglietta umida a rinfrescare la pelle). E soprattutto di non privilegiare l'attività lavorativa a discapito della salute (rinviando l'uso dell'acqua da bere o da rinfrescarsi, per non perdere tempo.....) .

Ora passiamo a considerare i rischi per lavoratori cosiddetti fragili per le loro patologie, in rapporto a eccesso di calore e a esposizione ad attività con caldo elevato.

1- Ipertensione arteriosa e malattie cardiovascolari (è la più frequente delle patologie).

Qui bisogna considerare non solo il fattore caldo, ma anche le medicine che questi lavoratori assumono per la patologia. In particolare Diuretici e Ca-antagonisti (Perdita di liquidi e di potassio e vasodilatazione) e rischio di abbassamento di pressione per l'effetto concomitante di calore (vasodilatatore) e medicine.

2- Patologie renali , come insuffic. Renale , calcoli renali, e ritenzione idrica, che possono aggravare problemi e patologie di cuore e di ipertensione (in quanto cuore e reni sono strettamente collegati tra loro – fino a dare scompenso cardiaco e insufficienza renale.... perché la pompa cardiaca che non manda sangue a sufficienza al rene, può provocare una ischemia di organo (renale) , e quindi un danno renale acuto , che potrà poi diventare cronico.

La regolazione da parte del rene dei liquidi corporei (filtro renale), con alterazioni della pressione arteriosa (alta o bassa), è sempre collegata naturalmente alle variazioni di calore elevato con perdita di liquidi e sali, e conseguente peggioramento delle patologie in atto. E la disidratazione diventa allora un fenomeno importantissimo, da evitare in questi soggetti.

Nelle patologie renali entrano in gioco anche fattori di danno da abuso di FANS (antidolorifici e altri farmaci), nonché da malattie metaboliche (diabete e obesità), che possono peggiorare in presenza di calore elevato o in eccesso. Ecco perché è così importante il bere adeguatamente per mantenere un corretto funzionamento del rene e del bilancio idrico, ovvero tra i liquidi introdotti (acqua, thé, succhi di frutta e altre bevande, che contengano potassio, magnesio, sodio..) e urina prodotta ed eliminata (Diuresi).

3 - Patologie dermatologiche , dove il problema non è tanto il calore in sé, ma i raggi solari, che nei lavoratori di Edilizia rappresentano un fattore aggiuntivo, visto il lavoro all'aperto, specie in periodo estivo quando il sole è più "potente"... I rischi sono legati a malattie dei nei o nevi, e altre forme tumorali come melanomi e epiteliomi (baso-cellulari e spino-cellulari), dove i raggi solari prolungati sono negativi e dannosi per la pelle di questi soggetti. E' bene che la pelle di questi lavoratori venga protetta con adeguato vestiario leggero, ma in grado di schermare i raggi U.V. L'unico dato positivo e utile della esposizione al sole per la pelle, è nella patologia della psoriasi (malattia ancora difficile , ma che può migliorare col sole o con i bagni marini, specie quelli del Mar Morto (Giordania e Israele).

Dopo tutta questa descrizione è evidente che numerosi lavori , che possono essere eseguiti da alcuni di questi lavoratori "fragili" in periodi invernali o freschi (asfalti e catramature, saldature prolungate, manutenzione e rifacimento tetti o solai, ed in genere lavori all'aperto sotto il sole come in edilizia, magari con tute protettive (per protezione da polveri e parassiti vari) in corso di demolizioni o ristrutturazioni (palazzi antichi o case fatiscenti....), andranno valutate con maggiore attenzione ed eventualmente con una sostituzione breve o temporanea nei periodi di maggior rialzo termico e in orari particolari (ore 13 – 16).

Inoltre diventa così ancora più evidente che la visita medica di idoneità lavorativa è ancora più importante e necessaria sia all'atto di assunzione ed attribuzione di mansione, sia nel corso dei controlli successivi a comparsa di patologie dopo anni di lavoro e col passare degli anni e dell'età.

Dott. Piantoni Pierluigi
