

ВАЖНОСТЬ ЗАПЛАНИРОВАННЫХ ПЕРЕРЫВОВ ДЛЯ РАБОТНИКОВ, ПОДВЕРГАЮЩИХСЯ ВОЗДЕЙСТВИЮ ЖАРЫ.



НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ РАБОТАТЬ БЕЗ ПЕРЕРЫВОВ В ЖАРКИХ УСЛОВИЯХ: ВАЖНО ДЕЛАТЬ ПЕРИОДИЧЕСКИЕ ПАУЗЫ ДЛЯ ОХЛАЖДЕНИЯ.

Короткие перерывы на работе, особенно частые, если риск, связанный с жарой, высок, могут уменьшить риски для здоровья, не влияя на продуктивность..

ОЖИДАНИЕ ЧУВСТВА УСТАЛОСТИ ПЕРЕД ТЕМ КАК СДЕЛАТЬ ПЕРЕРЫВ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ НЕДОСТАТОЧНЫМ.

Рекомендуется согласовать с ответственным за службу по охране труда или работодателем план чередования рабочей деятельности и перерывов.

СЛЕДИТЕ ЗА ЕЖЕДНЕВНЫМ ПРОГНОЗОМ ПО АНОМАЛЬНОЙ ЖАРЕ И ПОЛУЧИТЕ ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННЫЙ ПРОГНОЗ О РИСКЕ ТЕПЛОВОГО СТРЕССА.

Рекомендуется консультирование специализированных платформ для предупреждения об аномальной жаре, созданных для работников, таких как платформа проекта WORKCLIMATE (<https://www.workclimate.it/scelta-mappa/>), которая предоставляет персонализированные прогнозы на основе физической активности работников и условий работы (например, нахождение на солнце или в тени).

Рекомендации различаются в зависимости от интенсивности трудовой деятельности и уровня воздействия жары:

- Для тех, кто выполняет умеренную физическую работу в период жары должны соблюдать общие рекомендации по защите от жары (гидратация, питание, одежда) и делать частые паузы в работе в тени или в помещениях с кондиционером.
- Для тех, кто выполняет интенсивную физическую работу в условиях аномальной жары необходимо проявлять максимальную осторожность, так как риск заболеваний, вызванных перегревом, в данном случае высок. В дополнение к общим рекомендациям по гидратации, питанию и одежде, следует учитывать особенности организации трудовой деятельности. Настоятельно рекомендуется согласовать с работодателем возможность корректировки режима работы (темп и смены), например, с прерыванием деятельности, требующей значительных физических усилий, в самые жаркие часы и программированием частых рабочих пауз в тени.

Autori

Miriam Levi¹, Francesca de' Donato², Manuela De Sario², Emanuele Crocetti³, Andrea Bogi⁴, Iole Pinto⁴, Marco Morabito⁵, Alessandro Messeri⁵ (meteorologo AMPRO), Alessandro Marinaccio⁶, Simona Del Ferraro⁶, Tiziana Falcone⁶, Vincenzo Molinaro⁶ e Michela Bonafede⁶

1 UFC Epidemiologia, Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL Toscana Centro

2 Dipartimento di Epidemiologia del Servizio Sanitario Regionale - Regione Lazio

3 UFS CeRIMP, Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL Toscana Centro

4 Laboratorio di Sanità Pubblica, Laboratorio Agenti Fisici dell'Azienda USL Toscana Sud-Est

5 Istituto per la BioEconomia - Consiglio Nazionale delle Ricerche

6 Dipartimento di Medicina, Epidemiologia, Igiene del lavoro ed ambientale – INAIL

Progetto grafico a cura di Matteo Gramigni (ZonaZero)

