

## RICONOSCERE IL COLPO DI CALORE

### SEGNI PREMONITORI:

- irritabilità
- confusione
- pelle calda e arrossata
- sete intensa
- debolezza
- crampi muscolari

### FERMATI AI PRIMI SINTOMI SINTOMI PIÙ GRAVI:

- vertigini
- affaticamento eccessivo
- nausea e vomito
- aumento della temperatura

### INFINE SUBENTRA:

- difficoltà di coordinazione e mancanza di equilibrio
- collasso
- perdita di coscienza e/o coma



## COSA FARE IN CASO DI COLPO DI CALORE

- fermarsi
- chiedere aiuto
- spostarsi in luogo fresco all'ombra
- bagnarsi con acqua fresca
- sdraiarsi su un fianco
- bere acqua fresca a piccoli sorsi



Avvisa il tuo preposto/RLS/RLST

**CHIAMA O FAI  
CHIAMARE SUBITO  
IL 118**

# FERMATI CON LE ALTE TEMPERATURE!



**LA RESISTENZA HA UN GRADO**



**35**

La FENEAL c'è;  
è al tuo fianco per  
prevenire qualsiasi  
forma di malore o  
infortunio  
nell'interesse del  
lavoro sicuro.

LO SAPEVI CHE:  
è possibile chiedere la  
cassa integrazione  
caldo quando la  
temperatura  
raggiunge i 35° anche  
percepiti

## ACQUA SALVAVITA

Mantieni l'organismo idratato, l'acqua è il nostro miglior alleato per evitare il rischio di disidratazione e colpo di calore!!!



**CHIEDI AL TUO  
SINDACALISTA DI  
FIDUCIA**

### FENEAL NAZIONALE CONTATTI:

ZONA:  
NOME:  
COGNOME:  
CELL: