



# Safety presso Swisscom

Regola "Sole, gran caldo e ozono" (068)

© SiBe Safety Swisscom Konzern

swisscom

C1 Public





# Safety presso Swisscom

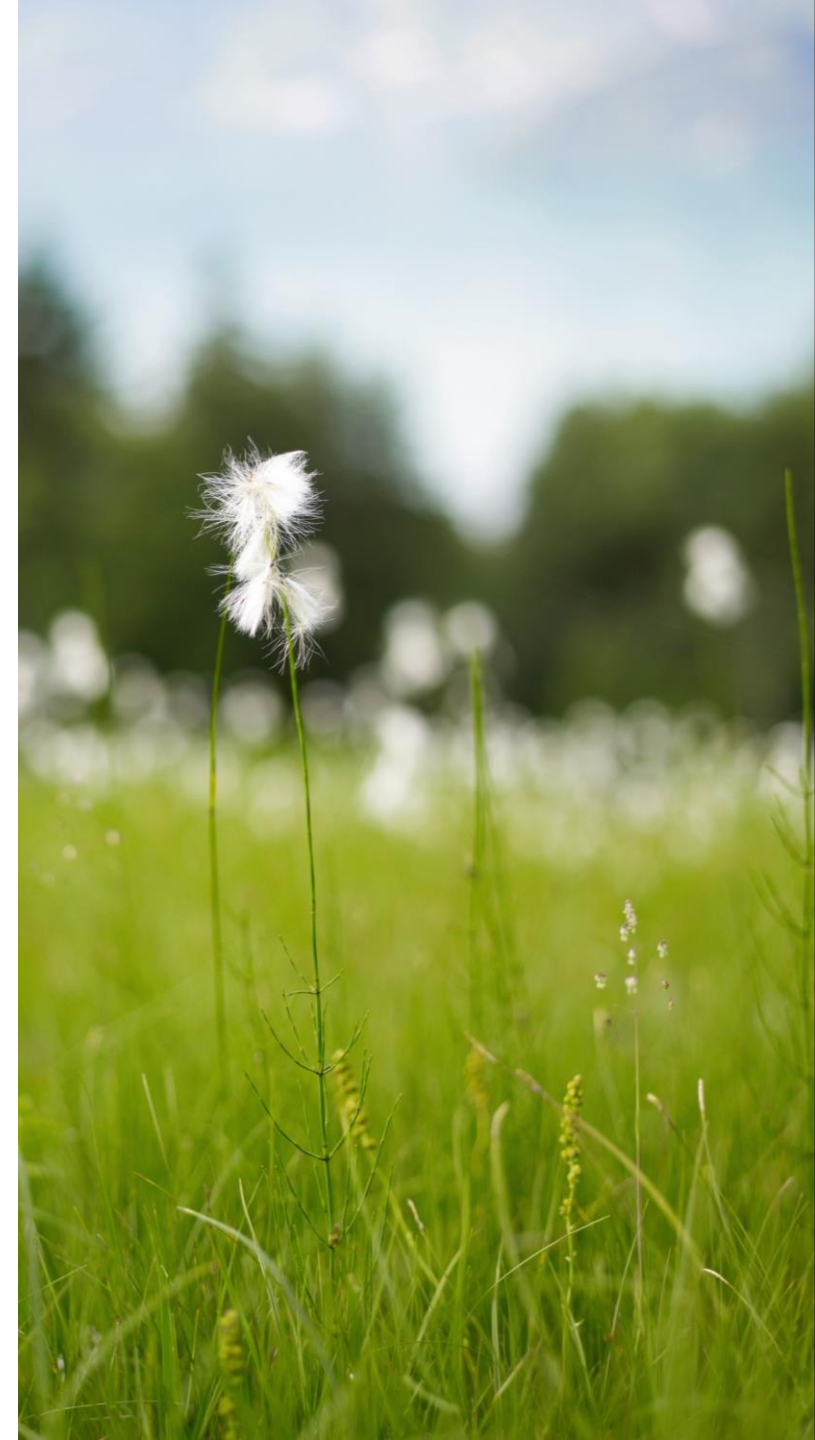
## Regola "Sole, gran caldo e ozono" (068)

### Pericoli

- **Da raggi UV:** danni alla pelle (p.es. bruciature), tumori della pelle, danni alla vista.
- **Conseguenze del caldo:** vertigini, mal di testa, spossatezza, nausea, vomito, sovraccarico circolazione ecc.
- **Effetti dell'ozono sulla salute:** mal di testa, difficoltà respiratorie, bruciore agli occhi, dolori al collo e alla gola, reazioni infiammatorie nelle vie respiratorie, ecc.

### Ogni individuo reagisce diversamente al caldo!

- **Conseguenze:** il caldo può avere effetti nocivi sulla salute e sulla sicurezza dei lavoratori (abbassamento delle prestazioni mentali e fisiche).
- **Sensibilità:** il livello di tolleranza individuale dipende anche dallo stato di salute del momento. Una persona raffreddata o affetta da malattie croniche sopporta più difficilmente il caldo.
- **Le donne in gravidanza e le persone anziane sono particolarmente sensibili agli effetti del caldo e dell'ozono.**





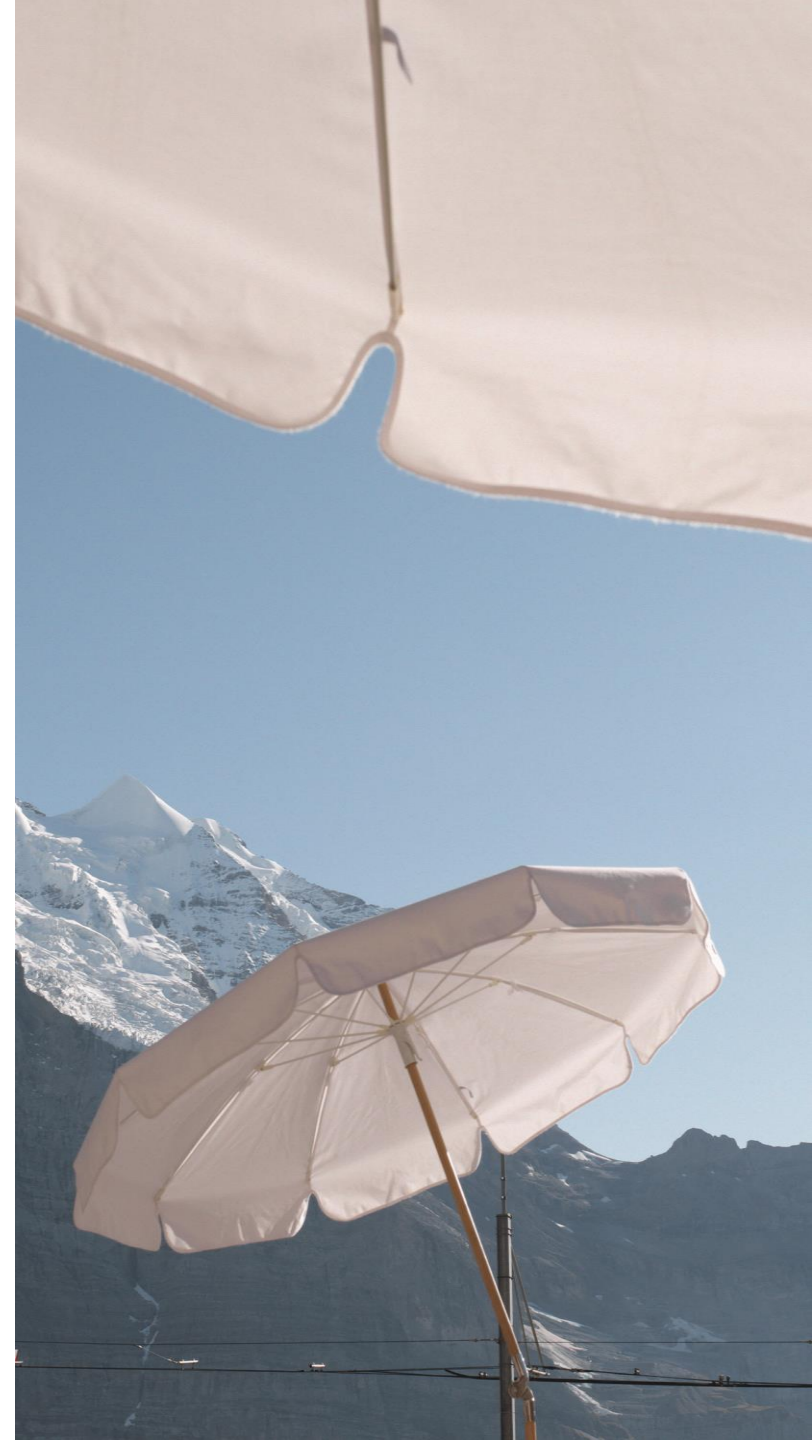
# Safety presso Swisscom

## Regola "Sole, gran caldo e ozono" (068)

### Ambito di attività: Ovunque (in generale)



Tipo	Descrizione della misura
P	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Evitare sbalzi di temperatura:</b> regolare la temperatura degli impianti di climatizzazione non oltre 4-8 °C al di sotto della temperatura esterna.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Essere attenti alle esigenze del corpo,</b> riconoscere i sintomi di disturbi.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Bere – ma correttamente!</b><ul style="list-style-type: none"><li>– Un adulto ha bisogno da ca. 2 a 2 ½ litri di liquidi al giorno.</li><li>– Bibite eccessivamente fredde (o addirittura ghiacciate) vanno evitate!</li><li>– Alcol e caffeina accrescono la perdita corporea di liquidi.</li><li>– Preferire acqua e tè leggermente dolce alle bibite zuccherate.</li></ul></li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Primi soccorsi e organizzazione urgenze: conosciuti incl. tessera per i casi d'emergenza Swisscom</li></ul>
O	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Informazione del personale:</b> i sintomi di malore dovuto al caldo/all'ozono; la perdita di liquidi; irradiazione solare: copricapo, abbigliamento, crema protettiva pelle.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Adeguare gli orari di lavoro</b> - limitare la durata del lavoro</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Organizzare le attività</b> - spostare i lavori pesanti/gravosi al mattino; adeguare il ritmo di lavoro.</li></ul>





# Safety presso Swisscom

## Regola "Sole, gran caldo e ozono" (068)

### Ambito di attività: lavoro all'esterno



- **T** - Installazioni di protezione contro l'irradiazione solare
- **T** - Mettere a disposizione l'acqua potabile
- **O** - Evitare per quanto possibile l'esposizione all'irradiazione solare
- **O** - Evitare i lavori pesanti durante i picchi di ozono a fine pomeriggio
- **P** - DPI: copricapo, occhiali da sole con protezione raggi UV, crema solare, protettiva. Portare sempre abiti adeguati!

### Ambito di attività: lavoro all'interno



- **T** - Installare tapparelle sulle finestre esposte
- **T** - Mettere a disposizione dei ventilatori. Ev. dei climatizzatori.
- **O** - Aprire le finestre durante la notte o al mattino presto. Favorire la corrente d'aria.

### Viaggiare in auto (nelle giornate torride) – conseguenza: gli infortuni aumentano del 20%! Chi durante l'estate intraprende lunghi viaggi...



- Prevedere regolarmente delle brevi soste e arieggiare bene l'abitacolo.
- Bere a sufficienza (prevedere bibite per il viaggio).







# Safety presso Swisscom

## Regola "Sole, gran caldo e ozono" (068)

### "Lavorare in periodi di caldo ...Attenzione!"

