



Lavori all'aperto in condizioni di canicola Lista di controllo

Il vostro personale è sufficientemente protetto contro gli effetti della canicola, dei raggi UV e dell'ozono?

Nei mesi più caldi, le alte temperature e il troppo sole mettono a dura prova il vostro personale. Il rischio aumenta in presenza di radiazione solare diretta, temperatura e umidità dell'aria elevate e lavori fisicamente pesanti.

La combinazione di diverse misure previene eventuali problemi di salute e danni fisici dovuti alla canicola (ad es. il colpo di calore). Per le persone particolarmente a rischio (ad es. donne incinte o persone con malattie pregresse) occorre chiarire se sia necessario adottare ulteriori misure di protezione.

In qualità di datori di lavoro, dovete pianificare per tempo le misure necessarie per la vostra azienda e attuarle in maniera tempestiva per proteggere il vostro personale dai pericoli del calore eccessivo e dei raggi solari diretti. Da aprile a settembre occorre adottare misure di protezione dai raggi solari diretti (protezione dalle radiazioni ultraviolette naturali con un aumento del rischio di epiteloma).

Gli strumenti forniti dalla SECO e dalla Suva vi aiutano a valutare il rischio di esposizione al sole e alla canicola per scegliere e attuare le misure necessarie. In caso di bisogno, occorre rivolgersi agli specialisti della sicurezza sul lavoro (ad es. professionisti di igiene del lavoro o di medicina del lavoro).

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 sull'ultima pagina.
Tralasciate le domande che non interessano la vostra azienda.

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

Preparazione e misure generali per proteggersi dai raggi UV e livello di pericolo canicola 1

- | | |
|---|---|
| 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 Avete pianificato per tempo le misure di protezione contro i raggi UV, la canicola e l'ozono, coinvolgendo anche il vostro personale? | ☐ sì
☐ in parte
☐ no |
| 3 Il personale è informato sui rischi legati ai raggi UV, alla canicola e all'ozono e sa come deve comportarsi (fig. 1)? | ☐ sì
☐ in parte
☐ no |
| 4 I collaboratori evitano di consumare bevande alcoliche o droghe? | ☐ sì
☐ in parte
☐ no |
| 5 Avete chiarito se sono necessarie misure di protezione speciali per le persone particolarmente a rischio?
Ad esempio, persone con malattie pregresse o capacità limitate | ☐ sì
☐ in parte
☐ no |
| 6 Avete procurato per tempo materiale sufficiente per implementare le misure di protezione?
Ad esempio, bevande, box frigo, protezione solare | ☐ sì
☐ in parte
☐ no |
| 7 Monitorate le condizioni meteorologiche sul luogo di lavoro?
Ad esempio, tramite le previsioni meteo o con misurazioni proprie (temperatura, umidità) | ☐ sì
☐ in parte
☐ no |

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

- | | |
|--|---|
| 8 Il personale indossa abiti leggeri che proteggono la pelle dai raggi solari?
Per il torso, almeno una maglietta che copra le spalle | ☐ sì
☐ in parte
☐ no |
| 9 Il personale si ricorda di applicare una crema solare più volte al giorno per proteggere tutte le parti del corpo esposte?
<ul style="list-style-type: none">• Con un fattore di protezione minimo pari a 30. Consigliato: 50.• Applicare soprattutto su labbra, naso, orecchie, fronte e nuca. | ☐ sì
☐ in parte
☐ no |
| 10 Se necessario, il personale indossa occhiali da sole adeguati che proteggono gli occhi dall'abbagliamento e dai raggi UV? | ☐ sì
☐ in parte
☐ no |

Livelli di pericolo canicola

Le misure di protezione contro la canicola sono suddivise in quattro livelli:

Livello	Periodo di attuazione
1	misure basilari
2	tra i 21 e i 27 °C (all'ombra)
3	tra i 28 e i 32 °C (all'ombra)
4	a partire da 33 °C (all'ombra)



1 Istruire il personale.

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).

**Ulteriore protezione dai raggi UV (anche con lieve 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.

- 11** È possibile adeguare gli orari di lavoro in modo che il personale non debba lavorare sotto il sole diretto?
- Durante la giornata, i livelli massimi delle radiazioni UV si registrano tra le 11:00 e le 15:00.
- ☐ sì
☐ in parte
☐ no
-
- 12** È possibile fare ombra sul luogo di lavoro o svolgere i lavori in luoghi ombreggiati (fig. 3)?
- Ad esempio, una tettoia o una tenda forniscono ombra sufficiente.
- ☐ sì
☐ in parte
☐ no
-
- 13** Se non è possibile lavorare all'ombra, il personale indossa un copricapo adeguato o un'ulteriore protezione, oltre al casco, con visiera e proteggi nuca (fig. 4)?
- ☐ sì
☐ in parte
☐ no
-



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

**Livello di pericolo canicola 2: ulteriori misure per le temperature
tra i 21 e i 27 °C all'ombra**

- 14** Sono disponibili dei luoghi ombreggiati dove fare una pausa (fig. 5)?
- ☐ sì
☐ in parte
☐ no
-
- 15** I luoghi di lavoro esposti al sole sono ombreggiati, ove possibile?
- ☐ sì
☐ in parte
☐ no
-
- 16** Sul luogo di lavoro è disponibile sufficiente acqua potabile?
- ☐ sì
☐ in parte
☐ no
-
- 17** Il personale indossa abiti leggeri, comodi e traspiranti?
- ☐ sì
☐ in parte
☐ no
-
- 18** Spostate i lavori più pesanti al mattino presto, se possibile?
- ☐ sì
☐ in parte
☐ no
-



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

Livello di pericolo canicola 3: ulteriori misure per le temperature tra i 28 e i 32 °C all'ombra

19

Le condizioni ambientali nei diversi luoghi di lavoro e lo stato fisico del personale sono sotto osservazione?

☐ sì

☐ in parte

☐ no

20

Il personale assume una quantità sufficiente di liquidi?

A seconda dell'attività è necessario assumere 2–3 litri di liquidi al giorno.

☐ sì

☐ in parte

☐ no

21

Si adeguano l'orario e i ritmi di lavoro alle particolari condizioni del luogo (fig. 6)?

Ad esempio, è opportuno adeguare l'orario di inizio dei lavori ed eseguire i lavori pesanti nelle prime ore del mattino.

☐ sì

☐ in parte

☐ no

22

Il personale fa regolarmente una breve pausa in un luogo fresco e ombreggiato (fig. 5)?

☐ sì

☐ in parte

☐ no

23

È possibile ombreggiare i posti di lavoro esposti al sole o spostarli all'ombra (fig. 3)?

Ad esempio, una tettoia o una tenda forniscono ombra sufficiente.

☐ sì

☐ in parte

☐ no

24

Il personale che lavora da solo e deve utilizzare dispositivi di protezione individuale pesanti (ad esempio una tuta di protezione con maschera antipolvere) viene sorvegliato da un'altra persona?

☐ sì

☐ in parte

☐ no

- Alcuni esempi di lavori pesanti:**
- lavori di scavo intensi;
 - salire frequentemente su scale a gradini e scale portatili;
 - sollevare e portare continuamente carichi pesanti.



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

Livello di pericolo canicola 4: ulteriori misure per le temperature a partire da 33 °C all'ombra

25	Si cerca, per quanto possibile, di lavorare soltanto in luoghi ombreggiati?	☐ sì ☐ in parte ☐ no
26	Si riducono al minimo indispensabile i lavori molto pesanti (fig. 6)?	☐ sì ☐ in parte ☐ no
27	Il personale beve a sufficienza? • Preferibilmente bevande isotoniche fresche • Minimo 3–5 decilitri 2–3 volte ogni ora • Bere abbondantemente prima di iniziare il lavoro	☐ sì ☐ in parte ☐ no
28	Il personale fa una pausa di circa 15 minuti ogni ora in un luogo fresco e ombreggiato?	☐ sì ☐ in parte ☐ no
29	Il personale presta attenzione a eventuali sintomi di patologie da calore in se stesso o nei colleghi (debolezza, esaurimento fisico, giramenti di testa, nausea, crampi muscolari, disturbi della concentrazione)?	☐ sì ☐ in parte ☐ no
30	Avete preso in considerazione altri metodi di raffreddamento per il vostro personale? Ad esempio, gilet di raffreddamento	☐ sì ☐ in parte ☐ no



6 È necessario adattare gli orari di lavoro per le attività faticose e in caso di forte radiazione ultravioletta, canicola o alte concentrazioni di ozono.

Condizioni straordinarie

31	In condizioni eccezionali, si adottano tutte le misure di protezione contro la canicola descritte nelle domande 14–30 già al livello di pericolo precedente? Si considerano «condizioni eccezionali»: • umidità elevata (> 70 %) • forti fonti di calore (> 100 °C) nei pressi del luogo di lavoro • lavori che richiedono la protezione delle vie respiratorie (dal tipo FFP2 in su) • indossare indumenti pesanti	☐ sì ☐ in parte ☐ no
----	---	---

Quanto più il livello di pericolo di canicola e la percentuale di lavoro pesante sono elevati, tanto più è importante che si risponda «Sì» alle domande relative alle misure.

Questa lista di controllo si applica al lavoro fisico all'aperto da moderato a pesante con abbigliamento leggero. I livelli di pericolo canicola si riferiscono alla misurazione della temperatura all'ombra con un'umidità relativa del 60 per cento. Uno scostamento da questi presupposti può richiedere l'applicazione delle rispettive misure già a temperature inferiori (cfr. domanda 31).

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.

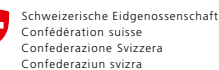
Link di approfondimento

- www.suva.ch/caldo
- www.suva.ch/sole
- www.ozono-info.ch

Data del prossimo controllo: _____ (Raccomandazione: ogni 6 mesi) Edizione: settembre 2025
Codice: 67135.i

Per informazioni: tel. 058 411 12 12, servizio.clienti@suva.ch
Download e ordinazioni: www.suva.ch/67135.i

Suva, casella postale, 6002 Lucerna



Finanziato dalla CFSL
www.cfsl.ch