

A large orange sun is at the top center, with several yellow and orange flame-like shapes radiating downwards from it. The background is a solid light orange color.

ONDATE DI CALORE

**ESPOSIZIONE PROLUNGATA
ALLE ALTE TEMPERATURE**

*Riconoscere i sintomi
legati al caldo*



Ministero della Salute



www.salute.gov.it

INSOLAZIONE

Aumento della temperatura corporea per esposizione prolungata alle radiazioni solari

Sintomi più comuni:

- Pelle arrossata (eritemi) o ustionata
- Sensazione di forte calore
- **Malessere generale**
- Possibili sintomi da colpo di calore



Evita l'esposizione nelle ore più calde e cerca zone ombreggiate



Ministero della Salute



www.salute.gov.it

STRESS DA CALORE

Può comparire durante attività fisica o permanenza in ambienti molto caldi e poco ventilati

Sintomi più comuni:

- Sudorazione intensa
- Debolezza e stanchezza
- Nausea o vomito
- Mal di testa
- Capogiri e disorientamento
- Tachicardia e ipotensione



Spostarsi in un ambiente fresco e, se non è presente nausea, reintegrare i liquidi e favorire il raffreddamento del corpo



Ministero della Salute



www.salute.gov.it

COLPO DI CALORE

Si verifica quando la fisiologica capacità di termoregolazione è compromessa

Sintomi più comuni:

- Forte malessere improvviso
- Mal di testa, nausea e vertigini
- Confusione o perdita di coscienza
- Temperatura corporea molto elevata



Contatta subito un medico, soprattutto se la temperatura corporea aumenta rapidamente (in 10-15 minuti) fino anche a 40-41 gradi



***NON SOTTOVALUTARE
I SINTOMI LEGATI AL CALDO
E SE PERSISTONO CHIAMA
UN MEDICO***



Ministero della Salute

www.salute.gov.it