

Hidroponent publica un article a The Conversation sobre la calor extrema i la salut dels temporers agrícoles

El projecte **Hidroponent** ha publicat un nou article divulgatiu a *The Conversation* [<https://theconversation.com/es>] dedicat als efectes de la calor extrema sobre la salut dels treballadors agrícoles temporers, un dels col·lectius més exposats a les altes temperatures durant la campanya de la fruita.

L'article explica com les tasques de recol·lecció de préssecs i nectarines es duen a terme sovint sota condicions de calor intensa i presenta alguns dels resultats obtinguts pel projecte en un estudi realitzat amb temporers de la demarcació de Lleida. Les dades mostren que gairebé la meitat dels participants presentaven indicadors de deshidratació lleu en finalitzar la jornada laboral, així com pèrdues significatives d'electròlits, especialment de sodi i potassi.

El text també posa de manifest la importància d'una correcta estratègia d'hidratació, recordant que, en situacions d'esforç físic intens i temperatures elevades, no sempre és suficient beure aigua, sinó que també cal reposar les sals minerals perdudes amb la suor.

Finalment, l'article ofereix recomanacions per identificar els principals signes d'alerta de la deshidratació i del cop de calor, com ara mareig, confusió, cansament extrem o pell molt seca, i insisteix en la necessitat d'actuar amb rapidesa davant qualsevol situació de risc.

Podeu llegir l'article complet a *The Conversation*:

<https://theconversation.com/calor-extrema-i-temporers-agricoles-com-protegir-la-salut-quan-el-clima-no-perdona->
[<https://theconversation.com/calor-extrema-i-temporers-agricoles-com-protegir-la-salut-quan-el-clima-no-perdona->]

