

MEDICIÓ DE LA TEMPERATURA AL FUTBOL

22 octubre, 2021

És important disposar d'equip per mesurar la tensió tèrmica i la temperatura corporal. Aquest equip es fonamental per a calcular el risc de termopatia i avaluar als pacients que puguin presentar una malaltia derivada de la forta calor.

Mesura de la temperatura corporal:

La temperatura rectal és l'únic mètode fiable per mesurar la temperatura central. Altres mètodes (mesura oral, axil·lar o timpànica) són inapropiats i poden induir a errades.

□ Les mesures orals són poc fiables i poden veure's afectades pel vent, la pluja, la temperatura externa i el consum recent d'aliments. La temperatura oral mai estarà per damunt de la temperatura central.

□ La temperatura axil·lar no és fiable perquè pot veure's afectada per la temperatura de la pell i sol trobar-se 1 – 1,5 ° C per sota de la temperatura central.

□ A la temperatura timpànica li afecten l'aigua o el cerumen de l'oïda, així com la temperatura de la pell circumdant.

Mesurador d'estrès tèrmic:

La següent taula mostra el risc de termopatia relacionat amb la temperatura ambiental i la lectura de la temperatura del globus humit:

Temperatura ambiental seca TGBH (Mesurador estrès t) Risc de lesió tèrmica

25-31,9 ° C 24,0-29,3 ° C Moderat

32-38 ° C 29,4-32,1° C Alt

38° C i superior 32,2 °C i superior Extrem

Es recomana efectuar descansos addicionals per refrescar-se en els minuts 30 i 75 quan la TGBH (Mesurador d'estrès tèrmic) superi els 32 ° C

ostra el risc de termopatia relacionat amb la temperatura ambiental i la lectura de la temperatura del globus humit: