

dilluns, 30 de juny de 2025

Hidroponent publica una revisió científica sobre la prevenció de la deshidratació en temporers i prepara una nova intervenció

L'equip del **paquet de treball 3 del projecte**

Hidroponent, dedicat a l'estudi de les condicions de salut de les persones temporeres en contextos d'estrès tèrmic,

Descargar imagen



Què és Hidroponent?

Hidroponent és una iniciativa multidisciplinària de la [Universitat de Lleida](#) que té per **objectiu desenvolupar solucions pràctiques per garantir una hidratació adequada**.

ha publicat recentment una **revisió sistemàtica** a la revista científica [Healthcare](#) [

També treballa amb una clara vocació de **transferència de coneixement científic i tecnològic al territori**, afavorint la connexió entre el món de la recerca i les necessitats reals de la societat.

https://www.mdpi.com/journal/healthcare?gad_source=1&gad_campaignid=22606032410&gbraid=0AAAAADpoN].

L'article, titulat *Health Interventions for the Prevention of Dehydration in Agricultural Workers Exposed to Heat Stress: A Systematic Review*, analitza **nou estudis internacionals** que aborden diferents estratègies per prevenir la deshidratació en treballadors agrícoles exposats a altes temperatures. Segons les conclusions de l'estudi, les intervencions més efectives combinen:

- **Educació** en riscos laborals i hàbits saludables,
- **Accés a aigua potable i begudes amb electrolits**,
- **Descans en zones amb ombra**,
- i l'ús de **dispositius de refrigeració corporal**, com armilles o mocadors refrescants.

La revisió destaca la necessitat d'un enfocament integral, amb la implicació de les institucions i els ocupadors, per garantir condicions laborals segures, especialment davant l'augment de temperatures provocat pel canvi climàtic. També posa èmfasi en la vulnerabilitat dels treballadors temporers i la necessitat de mesures adaptades al seu context.

L'article es pot consultar en accés obert aquí:

<https://doi.org/10.3390/healthcare13111232> [<https://doi.org/10.3390/healthcare13111232>]

Nova intervenció aquest juliol

A partir d'aquestes evidències, el mateix paquet de treball 3 prepara la seva **segona intervenció de camp**, prevista per aquest **juliol de 2025**. En aquesta ocasió, es distribuïran **gelats suplementats amb sodi** com a reforç d'hidratació entre les persones temporeres, una acció innovadora i adaptada al context laboral. A més, es col·locaran **cartells gràfics** amb missatges clars i visuals sobre hidratació i prevenció de l'estrès per calor als espais de treball.

Aquestes accions s'emmarquen en l'estratègia del projecte per combinar **recerca científica, transferència de coneixement i accions concretes** sobre el territori.

També podeu donar una ullada a aquest post d'Instagram . [https://www.instagram.com/p/DLlOzQE16qv/?img_index=1]