

TABELLA TERMO-IGROMETRICA INDICANTE LA PERCEZIONE DEL CALORE CORPOREO NELLA STAGIONE ESTIVA

Temperatura in °Celsius	Umidità Relativa								
	25%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
38	42	43	47	54	57	*	*	*	*
37	40	42	45	49	54	55	58	*	*
36	39	40	43	47	51	56	57	58	*
35	37	38	42	45	48	51	54	57	*
34	36	37	41	43	47	49	52	55	58
33	34	36	38	42	44	47	50	52	55
32	33	34	37	39	42	45	47	50	52
31	31	33	35	38	40	43	45	48	50
30	31	31	34	36	38	41	43	46	48
29	29	30	32	34	37	38	41	44	46
28	28	29	31	33	35	37	39	41	45
27	27	28	29	31	33	35	37	39	41
26	26	27	28	29	31	33	35	37	39
25	25	26	27	28	30	32	33	35	37
24	24	25	26	27	28	30	32	33	35
23	23	23	24	25	27	28	30	32	33

* = oltre la capacità dell'atmosfera terrestre di contenere vapore acqueo.

Categoria di pericolo	Grado Humidex	Sindrome da calore
Pericolo estremo	> 55	Colpo di calore imminente con esposizione continuata
Pericolo	40 - 54	Grande disagio. Evitare lo sforzo. Cercare una posizione ombreggiata. Colpo di calore possibile con esposizione
Estrema attenzione	30 - 39	Un certo disagio. Colpo di calore, esaurimento da calore e spasmi da calore possibili con esposizione prolungata e/o attività
Attenzione	< 29	Piccolo disagio. Possibile affaticamento con esposizione prolungata e/o attività fisica più o meno prolungata.

NOTA: Il grado della sollecitazione termica può variare con l'età e il grado di salute e del corpo.

Per sapere la temperatura percepita dall'organismo, incrociare la temperatura ambientale con l'umidità relativa.

