AVVISO ALLA CITTADINANZA

Area III Tecnica LL.PP. - Ambiente

NORME COMPORTAMENTALI IN TEMA DI "ELEVATE TEMPERATURE"

OZONO

Luglio duemilaventuno

La Regione Veneto, nell'ambito della propria attività e delle proprie competenze, con la finalità di dare una risposta efficace e tempestiva alle emergenze sanitarie e ai relativi effetti, attraverso il coinvolgimento coordinato delle strutture, regionali e non, che sono titolari di competenze in materia, intende promuovere lcune azioni atte a prevenire le patologie da elevate temperature climatiche nella popolazione anziana della Regione Veneto nell'estate 2021.

Con l'inizio del caldo estivo è stata attivata la rete dei servizi territoriali per fornire assistenza ai soggetti più a rischio, in primis alla popolazione anziana. Più in dettaglio, l'ARPAV trasmetterà quotidianamente - fino al 15 settembre - un bollettino all'Azienda con le previsioni meteorologiche del giorno in corso e dei tre giorni successivi. La Regione Veneto in collaborazione con le ULSS ha attivato un protocollo per prevenire e fronteggiare, specialmente nelle persone anziane e nei malati cronici, il disagio fisico determinato dalle temperature elevate.

Si ritiene utile informare correttamente la popolazione su alcuni comportamenti idonei al fine di evitare rischi per la salute e per fare fronte agli eventuali problemi derivanti dalla calura.

Tali consigli sono particolarmente rivolti ad anziani, bambini e sportivi e più in generale, a tutte le persone che, per le loro condizioni fisiche, sono più esposte ai disturbi provocati dalle temperature eccessive.

Illustrazioni liberamente tratte da internet

CONSIGLI PRATICI CONTRO IL CALDO ECCESSIVO

1. **Evitare di esporsi nelle ore più calde del giorno (dalle 11.00 alle 17.00).**
2. **Aprire le finestre dell'abitazione al mattino per rinfrescare l'ambiente in cui si soggiorna e abbassare le tapparelle o socchiudere le imposte durante le ore più calde. .**
3. **Coprirsi quando si passa da un ambiente molto caldo a uno con aria condizionata.**
4. **Quando si esce, proteggersi con cappello e occhiali scuri; in auto accendere il climatizzatore, se disponibile, in ogni caso usare le tendine parasole, specie nelle ore centrali della giornata.**
5. **Indossare indumenti chiari, non aderenti, di fibre naturali, come ad esempio lino/cotone; evitare le fibre sintetiche che impediscono la traspirazione e possono provocare irritazioni, pruriti e arrossamenti.**
6. **Bagnarsi subito con acqua fresca in caso di mal di testa provocato da un colpo di sole o di calore per abbassare la temperatura corporea.**
7. **Consultare il medico se si soffre di pressione alta (ipertensione arteriosa) e non interrompere o sostituire di propria iniziativa la terapia.**
8. **Non assumere regolarmente integratori salini senza consultare il medico curante.**
9. **Ricordarsi di bere spesso e di avere un'alimentazione adeguata (pasti leggeri e frequenti, abbondanza di frutta e verdura, pesce, ecc…)**

In esecuzione della Deliberazione Regionale n. 465/2021: "Protocollo per la prevenzione delle patologie da elevate temperature nella popolazione anziana nella Regione Veneto - Estate 2021 Giunta Regionale del Veneto, è stato attivato il servizio gratuito di Telesoccorso e Telecontrollo delle ULSS, che permette alle persone in caso di necessità, 24 ore su 24 e per 365 giorni all'anno, di mettersi in contatto con una Centrale Operativa che ne verifica i bisogni e mette in atto adeguati interventi. Per segnalazioni e informazioni di ambito socio-sanitario è attivo il seguente numero verde **800 462 340 e per e**mergenze di Protezione Civile è attivo il numero verde **800 990 009**.

L'Amministrazione Comunale