

EMERGENZA CALDO: il piano dell'Ausl della Romagna e degli enti locali

<https://www.auslromagna.it/notizie/item/1022-emergenza-caldo-il-piano-dell-ausl-della-romagna-e-degli-enti-locali>

È attivo già da alcuni giorni, su tutto il territorio dell'Ausl Romagna, il **piano per il contrasto delle ondate di calore** che ormai da vari anni viene realizzato con gli Enti Locali, finalizzato a contrastare il disagio della popolazione, in particolare quella anziana: basti pensare che sul territorio romagnolo vivono oltre **143mila ultrasessantacinquenni**.

In linea con quanto previsto dalla Regione Emilia Romagna, le principali azioni previste, e già attivate a partire dalla fine di maggio a cura dei Distretti dell'Ausl, contemplano in primis uno stretto raccordo, oltre che con gli Enti Locali e con i Medici di Medicina Generale, con le associazioni di volontariato e le organizzazioni no profit (tra cui la Protezione Civile, la Caritas, e altre presenti nei vari territori), per rendere gli interventi sinergici e quindi più efficaci.

E' inoltre prevista la condivisione con i centri sociali, le strutture di accoglienza di anziani e soggetti fragili, pubbliche e private, di piani di monitoraggio per il benessere degli ospiti ed eventuali misure per accrescerlo. Questi stessi soggetti, così come altri enti del pubblico o del privato sociale, nelle varie realtà, attiveranno iniziative, appositamente promosse, per facilitare ed eventualmente accogliere gli anziani in momenti di disagio climatico particolarmente forte.

Anche quest'anno sono state **predisposte azioni di monitoraggio attivo sulla popolazione a rischio**. Sono infatti disponibili, per ogni territorio, mappe, costruite ed aggiornate grazie alla collaborazione con le Istituzioni e in particolare coi Medici di Famiglia, degli utenti fragili, in particolare le fasce di persone molto anziane, che vivono sole o con reti parentali e – o di vicinato assenti o molto deboli, e quindi maggiormente a rischio. Qualora gli operatori riscontrino situazioni in cui si renda necessario un intervento di natura sanitaria o sociale, attivano il soggetto titolato a risolvere la criticità (Protezione Civile, Ospedali, Assistenza Domiciliare, Enti Locali, Volontariato...), sempre nell'ottica della collaborazione in rete tra tutti i soggetti che partecipano al piano.

Sempre nei vari territori sono stati inoltre **attivati recapiti telefonici e mail dedicate, per chiunque voglia chiedere informazioni o suggerimenti sul caldo**, o anche **richieste di intervento**.

Sono i seguenti:

Ravennate:

Ravenna Servizio Assistenza Anziani e Disabili Adulti telefono 0544/286629

Lugo Servizio Assistenza Anziani telefono 0545/213449 o 0545/38283

Faenza Servizio Assistenza Anziani e Disabili Adulti telefono 0546/691852

Cesenate: Area Anziani Unione dei Comuni Valle Savio telefono 0547/356349; Settore Socio Assistenziale ed Educativo per l'infanzia Unione Rubicone e Mare telefono 0541/809669

Forlivese: Servizi Sociali Comune di Forlì telefono 0543/712888, Punto Unico di Accesso per cure domiciliari Ausl telefono 0543/733615 – 0543/733668

Riminese: Rimini: Nucleo Fragilità telefono 0541/1490572 mail: emergenzacaldo@coopcad.it Riccione Nucleo Fragilità telefono 0541 1490572 - mail: emergenzacaldo@coopcad.it

CONSIGLI PRATICI

Tra le fasce di popolazione che maggiormente possono risentire delle ondate di caldo vi sono anziani e bambini. I bambini, ad esempio, hanno una superficie corporea maggiore a confronto del volume, rispetto

agli adulti e hanno una temperatura di base più alta. E' bene perciò che i genitori prestino la massima attenzione ai propri figli, poiché **i bambini sudano meno degli adulti, e quando hanno caldo hanno più difficoltà ad esprimerlo, specialmente se molto piccoli**. Anche per loro è raccomandata un'idratazione adeguata, possibilmente con acqua e non con succhi di frutta o bibite gassate o contenenti caffeina, e non troppo fredda, e un abbigliamento adatto e con capi leggeri e di fibre naturali. Per quanto riguarda gli anziani, anch'essi devono seguire una corretta alimentazione e idratazione, ed in questo caso sono i figli o altri parenti più giovani a dover aumentare l'attenzione. **Certo vanno privilegiati i cibi leggeri**, ma bisogna cercare di combattere la tendenza, che in alcuni anziani si presenta, di mangiare troppo poco quando arriva il caldo. **Assai importante bere molto e spesso**. Quanto all'aria condizionata, meglio non utilizzarla a temperature troppo basse. Particolare attenzione dovranno averla anche le persone cardiopatiche, diabetiche (specialmente se insulinodipendenti) e con problemi respiratori, nel seguire i suggerimenti legati al caldo.

COME LIMITARE IL DISAGIO

- Bere molto e spesso (fino a due litri d'acqua al giorno) anche quando non si ha sete.
- Mangiare molta frutta e verdura; fare pasti leggeri.
- Vestirsi con abiti leggeri, di colore chiaro, non aderenti, di cotone, lino o comunque fibre naturali.
- Nelle ore più calde usare tende o chiudere le imposte.
- Fare bagni o docce con acqua tiepida.
- Stare il più possibile con altre persone.
- Passare più tempo possibile in ambienti con aria condizionata.
- Consultare il proprio medico prima di assumere integratori di sali minerali, se si assumono farmaci in maniera regolare.
- Pulire i filtri dei condizionatori periodicamente (sono un ricettacolo di polveri e batteri) e regolare la temperatura a 25/27 gradi, e comunque non troppo bassa rispetto a quella esterna.
- Se si è affetti da diabete o ipertensione o da altre patologie che implicano l'assunzione continua di farmaci, è importante consultare il proprio medico di famiglia per conoscere eventuali reazioni che possono essere provocate dalla combinazione caldo/ farmaco o sole/farmaco.

COSA NON FARE

- Evitare di bere bibite gassate e contenenti zuccheri.
- Evitare di bere alcolici e caffè.
- Evitare di consumare cibi troppo caldi.
- Limitare l'uso del forno e dei fornelli.
- Evitare, per quanto possibile, di uscire tra le 12 e le 17.
- Evitare il flusso diretto di ventilatori o condizionatori e le correnti d'aria.
- Non lasciare mai nessuno, neanche per brevi periodi, in macchine parcheggiate al sole.
- Ridurre il più possibile l'utilizzo del pannolino per i bambini e degli analoghi presidi per gli anziani