

Comunicato stampa

L'estate è arrivata: in caso di caldo intenso, proteggetevi!

Bellinzona, 9 giugno 2017

L'estate è arrivata! MeteoSvizzera Locarno Monti ha comunicato che nei prossimi giorni è previsto un aumento sensibile delle temperature e dell'umidità. Il Gruppo operativo salute e ambiente (GOSA) del Dipartimento della sanità e della socialità coglie quindi l'occasione per ricordare alla popolazione alcune semplici regole per affrontare il caldo estivo, e per annunciare che da quest'anno eventuali allerte canicola verranno diramate esclusivamente da MeteoSvizzera.

Se esposte a temperature elevate e per un periodo di tempo prolungato, anche le persone che godono di buona salute possono soffrire di forti disagi. In questi casi il corpo non riesce infatti a dissipare il calore in eccesso, e potrebbero emergere patologie serie come il colpo di sole e il colpo di calore. Quest'ultimo, in particolare, non è per forza legato a un'esposizione diretta al sole, ma può – ad esempio – verificarsi quando le persone si trovano in locali chiusi, poco ventilati, con temperature e umidità elevate. Poiché da quest'anno il DSS non procederà più all'invio sistematico di comunicati stampa sull'inizio e la fine dell'allerta canicola, è quindi opportuno che in vista dei periodi più caldi dell'anno tutta la popolazione tenga in considerazione alcune semplici raccomandazioni:

- bere molta acqua e consumare pasti leggeri, con molta frutta e verdura
- evitare sforzi intensi nelle ore di maggiore insolazione (tra le 12 e le 16)
- impedire al caldo di entrare nelle case, oscurando le finestre durante il giorno e arieggiando durante la notte
- rimanere in casa o in zone fresche e, se possibile, in ambienti climatizzati nelle ore di maggiore insolazione (tra le 12 e le 16)
- proteggere adeguatamente la pelle contro gli effetti nocivi del sole con un abbigliamento adeguato e l'applicazione di crema solare
- verificare se via siano persone tra vicini, parenti, conoscenti che necessitano di aiuto

Per le persone sensibili – lattanti, bambini piccoli, anziani fragili, persone affette da malattie croniche o che assumono farmaci regolarmente – è inoltre consigliabile:

- fare più spesso la doccia o il bagno e bere molta acqua
- avvisare i vicini o i servizi sociali se devono passare un periodo da soli
- consultare il medico o il farmacista
- in caso di urgenza, rivolgersi al servizio 144

Bellinzona, 9 giugno 2017

Maggiori informazioni sono disponibili sui siti internet www.ti.ch/gosa e www.ti.ch/calurasenzapaura.

Si ricorda che MeteoSvizzera attiva il sistema di allerta canicola in caso di sorpasso del valore di 90 dell'indice di calore per un periodo di almeno 3 giorni. Tali allerte saranno segnalate sulla «Carta dei pericoli» di MeteoSvizzera (www.meteosvizzera.ch), disponibile anche come «app» per telefonini, con allerte personalizzabili in funzione del proprio domicilio o luogo di lavoro.

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

Martine Bouvier Gallacchi, Medico capo del Servizio di promozione e valutazione sanitaria,
Presidente GOSA, martine.bouviergallacchi@ti.ch, tel. 091 / 814 30 60