

#calurasenzapaura: riassunto della conferenza stampa

Locarno Monti, il 1° luglio 2016

L'estate è una stagione magnifica, ma il suo arrivo ci ricorda che anche in Ticino possono presentarsi periodi di canicola. La strategia nazionale di adattamento ai cambiamenti climatici prevede infatti per i prossimi anni un incremento della frequenza, dell'intensità e della durata delle ondate di caldo. Il Ticino è pronto per affrontare efficacemente e tempestivamente questi eventi, coinvolgendo tutti gli attori presenti sul territorio. A Locarno Monti sono state presentate le novità 2016, ovvero il nuovo Piano canicola, la nuova composizione del Gruppo operativo salute e ambiente e la campagna #calurasenzapaura che, nel corso dell'estate, sensibilizzerà la popolazione su semplici regole per affrontare un'estate calda anche grazie alla partecipazione di testimonial come la presentatrice Julie Arlin, il Direttore di Ticino Turismo Elia Frapolli, il mentalista Federico Soldati, l'allenatore di calcio Pier Tami e il Presidente del Consiglio di Stato Paolo Beltraminelli.

Le estati torride del 2003 e del 2015 hanno ricordato alla popolazione che periodi prolungati di canicola possono rappresentare un fattore di rischio per la salute delle persone e, in particolare, dei gruppi più vulnerabili. Pur non potendo prevedere quali saranno le temperature della presente estate, occorre essere pronti per affrontare tempestivamente ed efficacemente periodi prolungati di caldo torrido, anche in ottica futura.

Grazie al lavoro decennale del Gruppo operativo salute e ambiente (GOSA), istituito dal Dipartimento della sanità e della socialità nel 2004, la popolazione, gli attori sociosanitari, i comuni e il mondo del lavoro sono sensibilizzati ogni anno sulle misure da adottare per proteggersi in caso di canicola. Una prevenzione efficace dei rischi sanitari necessita infatti di un lavoro in rete che coinvolga i principali attori istituzionali e comunitari presenti sul territorio.

La presentazione del piano 2016 elaborato dal GOSA è un'occasione per rinnovare l'informazione sulle allerte canicola, sui principali rischi sanitari e sulle misure da adottare per proteggersi adeguatamente.

Indice di calore e definizione di canicola (grado 3 e grado 4)

Per monitorare le allerte canicola, MeteoSvizzera utilizza quale parametro di riferimento un indice di calore (Heat Index semplificato) che tiene conto della temperatura e dell'umidità dell'aria. Si parla di situazione di canicola quando l'indice di calore supera per almeno tre giorni consecutivi il valore soglia di 90. Nel caso esso superi il valore di 93 per almeno cinque giorni consecutivi si parla di canicola estrema.

Allerta canicola

L'Ufficio federale di meteorologia e climatologia - MeteoSvizzera dirama ufficialmente un'allerta canicola quando sono previsti dei superamenti dell'indice di calore 90 per almeno tre giorni consecutivi. In caso di previsione di superamento dell'indice di calore 93 per almeno cinque giorni consecutivi, MeteoSvizzera emette un'allerta di canicola estrema.

Informazione sulle allerte canicola

In caso di allerta canicola, la popolazione è informata tramite i bollettini di previsione e le allerte di MeteoSvizzera, ripresi e re-diffusi dai media cantonali. È possibile monitorare la durata delle allerte canicola consultando la carta dei pericoli pubblicata sul sito internet di MeteoSvizzera (www.meteosvizzera.ch), sul sito www.pericoli-naturali.ch o scaricando l'apposita app per smartphone. L'app di MeteoSvizzera permette di abbonarsi gratuitamente alle allerte canicola, personalizzabili in funzione del proprio domicilio o luogo di lavoro.

Principali conseguenze della canicola per la salute:

Termoregolazione

In condizioni normali il corpo si raffredda attraverso la sudorazione, ma in alcune situazioni la sudorazione non è sufficiente. Quando la temperatura ambiente e l'umidità relativa sono elevate (all'esterno e/o all'interno degli edifici e delle abitazioni), il sudore non evapora abbastanza velocemente e il corpo non riesce a raffreddarsi. Altri fattori possono limitare la capacità del corpo di regolare la temperatura, in particolare: età (anziani e bambini piccoli), obesità, disidratazione, problemi cardiaci, assunzione di medicinali.

Gruppi più a rischio

In caso di esposizione prolungata al caldo intenso tutti possono essere a rischio, a causa della compromissione dei meccanismi di termoregolazione. Alcuni gruppi sono in ogni caso più vulnerabili di altri come gli anziani fragili che vivono a domicilio, i neonati e i bambini piccoli, le donne incinta e le persone con patologie croniche.

Principali patologie da calore

In funzione dell'intensità della canicola e della durata dell'esposizione, vi è un incremento del rischio sanitario e della probabilità di sviluppare delle patologie che, se non curate tempestivamente, possono anche risultare mortali (colpo di calore).

- **Livello 1** - Arrossamenti, edemi, vescicole, febbre, cefalee
- **Livello 2** - Crampi da calore: si tratta di dolori spasmodici di breve durata, spesso molto intensi, che si manifestano solitamente nei muscoli coinvolti nel lavoro fisico, essenzialmente di gambe e braccia. I crampi muscolari possono essere accompagnati da debolezza, nausea e stimoli di vomito.
- **Livello 3** - Esaurimento e collasso da calore
 - L'esaurimento da calore è causato dalla perdita d'acqua o provocato da un'eccessiva perdita di sali. Entrambe le forme provocano senso di debolezza, oppressione toracica, giramenti di testa, mal di testa, inappetenza, nausea, vomito. Si osservano inoltre uno stato di agitazione e confusione, oltre ad una ridotta capacità di giudizio. La temperatura corporea non supera di regola i 38° C. La persona colpita suda abbondantemente, respira con affanno e il polso è molto rapido.
 - Collasso da calore: si manifesta con un'improvvisa perdita di coscienza. Solitamente è di breve durata e può colpire sia persone fisicamente attive sia persone a riposo.
- **Livello 4** - Colpo di calore: è caratterizzato da una temperatura corporea superiore ai 40° C e da segnali di collasso cardiocircolatori. Si tratta di una patologia estremamente grave che non dipende necessariamente dall'esposizione al sole e che può manifestarsi anche in ambiente chiuso con temperatura e umidità elevate e scarsa ventilazione che non consentono all'organismo un'adeguata dispersione del calore tramite la sudorazione.

In aggiunta al contenuto delle presentazioni della conferenza stampa, è possibile ottenere informazioni dettagliate sulle raccomandazioni sanitarie consultando il sito internet del GOSA: www.ti.ch/gosa

In allegato trovate il materiale informativo relativo alla campagna #calurasenzapaura