

Agosto super caldo, l'Asl si prepara ad un'estate bollente

Pubblicato: Lunedì 15 Giugno 2009

Agosto super caldo, la Asl di Varese si prepara ad un'estate bollente. Il "Tavolo di governo per la gestione dell'emergenza per le categorie fragili" è stato attivato come ogni anno dal 2004. Coinvolti oltre all'Asl Comuni, Provincia, aziende ospedaliere, uffici di piano, soggetti del terzo settore e i volontari. A presentare le iniziative il direttore generale **Pierluigi Zeli**, il direttore sociale **Lucas Maria Gutierrez** e il direttore sanitario **Elio Giorgio Marmondi**.



«Agosto si annuncia un mese caldissimo, come quello del 2003 – ha detto Zeli -. Asl si è mossa con anticipo per proteggere le fasce più deboli, bambini e anziani soprattutto. **Abbiamo predisposto un piano per andare incontro a chi ha bisogno, con un numero verde (800455664) e un numero per le informazioni (0332277500**, disponibile da lunedì a giovedì dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 15.30, il venerdì dalle 9 alle 14). In caso di segnalazione di emergenza sanitaria l'operatore contatterà il 118 direttamente». «Il sistema è ormai rodato – ha spiegato Gutierrez -. **Il tavolo con gli enti interessati è stato convocato con anticipo per dare risposte efficienti.** È previsto il coinvolgimento dei centri diurni integrati soprattutto del sud della provincia per accogliere gli anziani in un ambiente climatizzato e dove ci si possa alimentare correttamente».

Oltre a questi provvedimenti, è prevista anche la diffusione da parte della Regione di un bollettino sul clima e sulle temperature e **il Pirellone ha diffuso un bollettino con le 10 regole d'oro per affrontare il caldo estivo**: ricordarsi di bere; evitare di uscire e svolgere attività fisica nelle ore più calde del giorno (dalle 11 alle 17); aprire porte e finestre al mattino e chiudere tapparelle e imposte; rinfrescare l'ambiente; ricordarsi di coprirsi quando si passa da un ambiente molto caldo ad uno con aria condizionata; proteggersi quando si esce con cappellino e occhiali scuri, accendere il climatizzatore in auto e usare le tendine parasole; indossare indumenti chiari, non aderenti, naturali, evitare fibre sintetiche che impediscono la traspirazione e possono provocare irritazioni, pruriti e arrossamenti;



bagnarsi con acqua fresca in caso di mal di testa provocato dal sole per abbassare la temperatura corporea; consultare il medico se si soffre di pressione alta e non interrompere o sostituire la terapia di propria iniziativa; non assumere regolarmente integratori salini senza consultare il medico curante. **All'interno anche consigli alimentari:** sì a acqua e tè, pasti leggeri e frequenti, pesce, frutta e verdura e gelati; no a bevande fredde e ghiacciate, birra e alcolici, fritti, intingoli, insaccati e cibi piccanti; nì a succhi di frutta e bevande gassate, pasta e riso e caffè.

«**Il sistema è basato sulla prevenzione** – chiosa Marmondi -. I bollettini danno il quadro climatico a 24, 48 e 72 ore. **Prevenire vuol dire conoscere le fragilità:** abbiamo contattato le aziende ospedaliere per invitarle a tenere conto nella previsione dei posti letto per l'estate delle esigenze degli anziani in difficoltà per il caldo a fronte delle riduzioni previste».

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it