

Attenzione alla calura: fino a domenica il picco

Pubblicato: Venerdì 3 Luglio 2015



Caldo e afa, ma non abbiamo ancora sentito nulla. Secondo il bollettino del calore dell'Arpa, la punta di massimo disagio in provincia di Varese verrà toccata da oggi **venerdì 3 luglio** fino a domenica 5, quando scatterà il livello **“forte”**, un gradino inferiore al massimo dell'**indice Humidex** che misura la temperatura percepita applicando alla temperatura dell'aria un fattore di correzione connesso all'umidità relativa.

La differenza rispetto agli ultimi due gradi è legata soprattutto alla sensazione fisica: il **Disagio forte** prevede forte sensazione di **malessere**, pericolo, è consigliabile evitare le attività fisiche all'aperto o in luoghi non climatizzati; mentre il **Disagio molto forte**: pericolo **grave**, è fortemente consigliato interrompere le attività fisiche all'aperto e in luoghi non climatizzati.

L'ASL Varese, davanti a questi dati, ricorda i suggerimenti base individuati nell'ambito degli interventi programmati per la gestione delle emergenze in caso di elevate temperature e invita a dare massima visibilità alle **dieci regole d'oro per sopravvivere alla calura**.

Si ribadisce che gli **anziani** sono i soggetti più a rischio di malesseri dovuti alle alte temperature, ma è importante per tutti adottare stili di vita adeguati e sapere come comportarsi con afa e caldo intenso, che potrebbero causare malori e problemi di salute. Sono considerate categorie a rischio anche **bambini e donne in gravidanza**.

“10 regole d'oro per affrontare il caldo estivo”, rivolto a tutti i cittadini, è una semplice e fruibile

pubblicazione, che riassume consigli pratici per affrontare al meglio i periodi di caldo intenso e suggerisce comportamenti da seguire o evitare per prevenire i disturbi legati alle condizioni climatiche e i sintomi cui fare attenzione.

Per maggiori informazioni:

www.salute.gov.it/caldo.html (<http://www.salute.gov.it/caldo.html>) sono consultabili i bollettini giornalieri ed informazioni su come proteggersi dal caldo

INFO: **numero verde 800.455664**

oppure numero **0332.277500 – ASL di Varese.**

ARPA Lombardia – bollettino giornaliero: [Disagio da calore – Humidex – ARPA Lombardia](#)

[Alessandra Toni](#)

alessandra.toni@varesenews.it