



**DIREZIONE GENERALE**

**Funzione Gestione Relazioni Interne ed Esterne**

Viale Duca degli Abruzzi, 15 – 25124 Brescia

Tel. 030/3838315 Fax 030/3838280

E-mail: [comunicazione@ats-brescia.it](mailto:comunicazione@ats-brescia.it)

**Comunicato Stampa**  
**“Il Piano Caldo dell’ATS di Brescia anno 2020”**

L’arrivo del caldo estivo può comportare effetti negativi sullo stato di salute della popolazione, in particolare delle persone anziane, dei bambini e di coloro che soffrono di specifiche patologie.

La vulnerabilità della popolazione agli effetti delle alte temperature e delle ondate di calore è legata alla «susceptibilità» personale (stato di salute, caratteristiche socio-demografiche e ambientali) e alla capacità di adattamento sia a livello individuale che di contesto sociale e ambientale (percezione/riconoscimento del rischio, disponibilità di risorse), ma anche del livello di esposizione (intensità e durata).

Le ondate di calore si verificano in presenza di temperature molto elevate per più giorni consecutivi, spesso associate a tassi elevati di umidità, forte irraggiamento solare e assenza di ventilazione.

Le conseguenze sulla salute delle ondate di calore possono essere prevenute o ridotte attraverso l’attivazione di sistemi di previsione d’allarme locali, l’informazione tempestiva e corretta della popolazione e l’adozione di misure volte a rafforzare la rete sociale e di sostegno alle persone maggiormente a rischio.

Per tutelare le persone più fragili, come ogni anno l’ATS di Brescia ha realizzato un piano volto a prevenire gli effetti negativi del caldo, la cui efficacia è legata all’intervento mirato e coordinato di diversi attori: strutture ospedaliere e sociosanitarie, Medici e Pediatri di Famiglia, amministrazioni comunali, aziende private e Medici Competenti, associazioni del Terzo Settore. Non meno importante è il ruolo svolto dall’intera comunità locale attraverso l’adesione alla “cultura della prossimità” ossia della spontanea solidarietà che integra le azioni da parte dei servizi del territorio.

Il piano dell’estate 2020 non poteva non tenere conto dell’emergenza sanitaria che ha colpito l’intero Paese dalla fine del mese di febbraio, con misure volte a prevenire il diffondersi dell’epidemia da CoViD-19.

Tutti gli attori coinvolti dovranno mettere in atto le azioni utili alla prevenzione delle conseguenze negative del caldo nel rispetto delle misure di prevenzione del diffondersi dell’infezione da SARS-CoV-2, adattando i propri interventi in base alla condizione epidemiologica del momento.

Ciò anche e soprattutto in quanto diversi studi epidemiologici hanno evidenziato che molte delle condizioni croniche (diabete, BPCO, malattie cardiovascolari, insufficienza renale) associate ad un maggior rischio di decesso durante le ondate di calore sono anche condizioni associate ad una maggiore susceptibilità al CoViD-19.



L'approccio metodologico elaborato da ATS Brescia, a partire dall'anno 2016, permette di individuare le fasce di popolazione maggiormente suscettibili agli effetti negativi delle ondate di calore, verso le quali sono indirizzati gli interventi mirati dei servizi.

La popolazione del territorio può essere stratificata in 14 fasce a rischio crescente di mortalità in relazione alle ondate di calore; sul totale di 1.179.745 assistiti, la popolazione a maggiore fragilità vede rientrare nelle fasce di rischio alto e molto alto ben 138.502 persone.

Già nei mesi scorsi questi stessi assistiti sono stati segnalati ai Medici di Medicina Generale e ai Pediatri di Famiglia, al fine di facilitare una sorveglianza attiva dei pazienti a maggior rischio di complicazioni legate all'infezione da CoViD-19.

Oltre alla classificazione della popolazione a rischio così elaborata, il piano prevede che, nel corso dell'estate, tutti gli attori coinvolti possano segnalare ad ATS Brescia persone non già in carico ai servizi sanitari o socio-sanitari ma che risultano potenzialmente a rischio alle ondate di calore per la concomitanza di fattori socio-economici, sanitari e ambientali.

Per orientare la popolazione verso i servizi più adeguati a risolvere problematiche legate all'emergenza caldo, è stato attivato il numero verde 800.99.59.88 attivo 24 ore su 24 e 7 giorni su 7, in gestione ad AUSER.

Sul sito di ATS Brescia [www.ats-brescia.it](http://www.ats-brescia.it) è presente il materiale informativo rivolto a diverse categorie di persone a rischio e le previsioni meteorologiche messe a disposizione quotidianamente, fino al 15 settembre 2020, dal Ministero della Salute e da ARPA Lombardia.

Per accedere rapidamente a tutte le informazioni, ai bollettini giornalieri, al materiale informativo, ai numeri verdi attivati a livello locale il cittadino può utilizzare la APP Caldo e Salute messa a disposizione dal Ministero della Salute.



A seguire le principali precauzioni che ogni target di popolazione può adottare per affrontare il caldo estivo.

TARGET	PRECAUZIONI DA ADOTTARE
Popolazione generale	<p><b>Livello 0: condizioni meteorologiche che non comportano un rischio per la salute della popolazione.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- migliorare il microclima dell'ambiente domestico e di lavoro attraverso schermature e isolamento termico. Eseguire la manutenzione del condizionatore prima di utilizzarlo</li> <li>- informarsi sui servizi di assistenza disponibili nel proprio territorio (tramite la App Caldo e Salute, sul sito <a href="http://www.salute.gov.it">www.salute.gov.it</a> o sul sito di ATS Brescia <a href="http://www.ats-brescia.it/piano-caldo">www.ats-brescia.it/piano-caldo</a>)</li> </ul> <p><b>Livello 1 di pre-allerta: condizioni meteorologiche che possono precedere il verificarsi di un'ondata di calore. COME PREPARARSI ALL'ARRIVO DELL'ONDATA DI CALORE:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Informarsi sulla presenza, di locali pubblici climatizzati vicino a casa dove poter trascorrere alcune ore della giornata</li> <li>- Pianificare le scorte di acqua, cibo e medicinali</li> </ul> <p><b>Il livello 2: indica condizioni meteorologiche che possono rappresentare un rischio per la salute, in particolare nei sottogruppi di popolazione più suscettibili</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proteggersi dal caldo in casa, ad esempio utilizzando in modo corretto un condizionatore. Se si possiede solo un ventilatore utilizzarlo seguendo alcuni accorgimenti (vedasi l'opuscolo <i>Come migliorare il microclima delle abitazioni</i> pubblicato sul sito ATS)</li> <li>- Se possibile, trascorrere le ore più calde della giornata in un luogo pubblico climatizzato</li> <li>- Praticare l'attività fisica intensa all'aria aperta durante le ore più fresche (al mattino presto e alla sera) e aumentare l'idratazione</li> <li>- Ridurre l'attività fisica all'aperto, evitare le zone particolarmente trafficate, ma anche i parchi e le aree verdi, dove si registrano alti valori di ozono</li> <li>- Bere acqua a sufficienza, aumentando la quantità in caso di sudorazione intensa</li> <li>- Proteggere la pelle dai raggi ultravioletti con creme solari ad alto fattore protettivo, proteggere anche gli occhi con occhiali da sole con lenti con filtri UV. Evitare l'esposizione diretta al sole nelle ore di massima esposizione (ore 10-14 oppure 11-15 con l'ora legale).</li> </ul> <p><b>Il livello 3: indica ondata di calore con possibili effetti negativi sulla salute di persone sane e attive e non solo sui sottogruppi a rischio come gli anziani, i bambini molto piccoli e le persone affette da malattie croniche.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ridurre l'attività fisica all'aperto, evitare le zone particolarmente trafficate, ma anche i parchi e le aree verdi, dove si registrano alti valori di ozono</li> <li>- Fare attenzione alla corretta conservazione e trasporto degli alimenti deperibili</li> <li>- Evitare i viaggi in automobile durante le ore più calde se non si dispone di climatizzatore</li> <li>- Offrire assistenza a persone a maggiore rischio (ad esempio anziani che vivono da soli) e segnalare ai servizi socio-sanitari eventuali situazioni che necessitano di un intervento.</li> </ul>



<p>Persone socialmente isolate e persone senza fissa dimora</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se si vive soli e si è in difficoltà, non esitare a chiedere aiuto a conoscenti e vicini di casa.</li> <li>- Se si è conoscenza di persone anziane che vivono sole e si ha la possibilità, offrire il proprio aiuto per la spesa, i farmaci, le visite mediche, altrimenti segnalarle ai servizi sociali.</li> <li>- Se si è conoscenza di persone anziane che vivono sole, controllare di tanto in tanto le condizioni di salute, l'idratazione e la protezione dal caldo in casa. In caso di peggioramento delle condizioni di salute o dei sintomi delle malattie associate al caldo, chiamare il medico curante o il numero di emergenza sanitaria 112</li> <li>- Segnalare ai servizi sociali la presenza in strada di persone in stato di povertà, senza un riparo.</li> </ul>
<p>Popolazione a rischio per condizioni di salute o ambientali</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consultare il medico per un eventuale aggiustamento della terapia o della frequenza dei controlli clinici e di laboratorio (ad esempio per i diabetici è consigliabile aumentare la frequenza dei controlli glicemici).</li> <li>- Segnalare al medico qualsiasi malessere, anche lieve, che sopraggiunga durante la terapia farmacologica.</li> <li>- Non sospendere mai di propria iniziativa la terapia in corso</li> <li>- Sorvegliare e prendersi cura delle persone a rischio: prestare attenzione a familiari o vicini di casa anziani, specialmente se vivono da soli e, ove possibile, aiutarli a svolgere alcune piccole faccende, come fare la spesa, ritirare i farmaci in farmacia, etc. e segnalare ai servizi sociosanitari eventuali situazioni che necessitano di un intervento, come persone che vivono in situazioni di grave indigenza o di pericolo per la salute.</li> </ul>
<p>Anziani</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- All'inizio dell'estate verificare con il medico curante le terapie e valutare l'uso corretto in caso di temperature elevate</li> <li>- Areare la casa durante le ore notturne e chiudere imposte esterne e tende durante il giorno</li> <li>- Fare indossare abiti di cotone o lino comodi di colore chiaro, evitare fibre sintetiche</li> <li>- Far bere spesso l'anziano anche in assenza di stimolo della sete e fare in modo che segua una dieta sana, evitando bevande alcoliche, bibite gassate e zuccherate e ghiacciate</li> <li>- Incoraggiare la persona anziana a muoversi con regolarità</li> <li>- Durante l'ondata di calore monitorare la temperatura corporea dell'anziano e l'assunzione di liquidi; rinfrescarlo con spugnature con acqua fresca, evitando però bruschi sbalzi di temperatura; farlo soggiornare in luoghi climatizzati ed evitare le uscite all'aperto nelle ore più calde</li> <li>- Assicurarci che le persone malate e/o costrette a letto non siano troppo coperte.</li> <li>- Evitare di far uscire l'anziano in zone particolarmente trafficate, e nei parchi e nelle aree verdi dove si registrano alti valori di ozono, un potente irritante delle vie respiratorie</li> <li>- Fare attenzione ai sintomi di disidratazione (Irritabilità, Distraibilità, Ipersonnia fino alla letargia, Astenia, Anoressia, spasmi muscolari) e dei disturbi associati al caldo</li> <li>- Nelle persone anziane un campanello di allarme è la riduzione di alcune attività quotidiane (spostarsi in casa, vestirsi, mangiare, andare regolarmente in bagno, lavarsi) che può indicare un peggioramento dello stato di salute.</li> <li>- Informarsi sui servizi di assistenza per gli anziani durante il periodo estivo disponibili nel proprio territorio (tramite la App Caldo e Salute, sul sito <a href="http://www.salute.gov.it">www.salute.gov.it</a> o sul sito di ATS Brescia)</li> <li>- Tenere sempre una lista di numeri di telefono di persone da contattare in caso di necessità ed evidenziare i numeri utili da chiamare nelle emergenze (ambulatorio medico, guardia medica, 118).</li> </ul>
<p>Donne in</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitare l'eccessivo incremento ponderale;</li> </ul>



gravidanza	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fare attenzione alla adeguata idratazione bevendo 2,5 litri di acqua al giorno: il caldo può causare la perdita, attraverso la sudorazione, di liquidi e sali minerali, preziosi per l'equilibrio materno-fetale</li> <li>- Proteggersi dal caldo eccessivo all'interno della abitazione (utilizzo corretto del condizionatore, schermature ai vetri, finestre, vestire con indumenti leggeri)</li> <li>- Evitare le strade molto trafficate e le aree verdi dove i livelli di ozono sono più elevati</li> <li>- Utilizzare sempre creme protettive per evitare scottature e la comparsa di macchie scure sulla pelle (più frequenti in gravidanza a causa delle modificazioni ormonali).</li> <li>- Per ulteriori consigli consultare l'opuscolo "Come vincere il caldo in gravidanza" pubblicato sul sito di ATS</li> </ul>
Lattanti e bambini piccoli	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Offrire spesso al bambino acqua da bere</li> <li>- Allattare i neonati più frequentemente</li> <li>- Scegliere un'alimentazione ricca di frutta e verdura, con alto contenuto di liquidi e di sali minerali</li> <li>- Controllare la temperatura corporea dei lattanti e dei bambini piccoli, rinfrescare il loro corpo con una doccia tiepida e quando possibile aprire il pannolino</li> <li>- Mantenere freschi i locali dove soggiorna il bambino</li> <li>- In caso di sintomi lievi quali nausea, vomito, debolezza muscolare, affaticamento, mal di testa, tenere il bambino all'ombra, rinfrescandolo con acqua e lasciare ampie parti del corpo scoperte.</li> <li>- In caso di sintomi moderati o gravi disidratazione, stress da calore contattare immediatamente il pediatra o i servizi di emergenza.</li> <li>- All'interno di un'automobile le temperature possono raggiungere velocemente valori molto elevati. Evitare di lasciare i bambini da soli in macchina, anche se per brevi soste (vedi opuscolo "Estate sicura: mai lasciare i bambini soli in macchina" pubblicato sul sito di ATS).</li> <li>- Assicurarsi di avere installato correttamente il dispositivo antiabbandono (obbligatorio quando si trasporta un bambino di età inferiore ai 4 anni.)</li> <li>- Durante un'ondata di calore, controllare regolarmente la temperatura corporea dei lattanti e bambini piccoli e se possibile aprire il pannolino, non esporre al sole i bambini sotto i 6 mesi di vita;</li> </ul>
Lavoratori all'aperto	<ul style="list-style-type: none"> <li>- I lavoratori a rischio devono essere informati e formati sulle possibili misure da adottare per prevenire gli effetti negativi dell'esposizione al caldo e su come riconoscere i segni e i sintomi dello stress termico e del colpo di calore.</li> <li>- È importante che il lavoratore, nei periodi di caldo intenso, tenga conto dei seguenti suggerimenti: <ul style="list-style-type: none"> <li>o Prevenire la disidratazione (avere acqua fresca a disposizione e bere regolarmente, a prescindere dallo stimolo della sete);</li> <li>o Indossare abiti leggeri di cotone, traspiranti, di colore chiaro, comodi, adoperando un copricapo (non lavorare a pelle nuda);</li> <li>o Rinfrescarsi bagnandosi con acqua fresca;</li> <li>o Informarsi sui sintomi a cui prestare attenzione e sulle procedure di emergenza</li> <li>o Lavorare nelle zone meno esposte al sole;</li> <li>o Ridurre il ritmo di lavoro, aumentare la frequenza delle pause e riposarsi in luoghi freschi</li> <li>o Evitare di lavorare da soli.</li> <li>o Programmare il lavoro fisico più pesante nelle ore più fresche.</li> </ul> </li> <li>- Indicazioni per il datore di lavoro <ul style="list-style-type: none"> <li>o Consultare il bollettino di previsione e allarme per la propria città</li> <li>o Predisporre una rotazione dei lavoratori sulle mansioni più gravose.</li> <li>o Prevedere corrette misurazioni del calore ambientale e valutazioni dello stress da calore</li> </ul> </li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Nei giorni a elevato rischio ridurre l'attività lavorativa nelle ore più calde (dalle 14.00 alle 17:00) e programmare le attività più pesanti nelle ore più fresche della giornata</li><li>○ Garantire la disponibilità di acqua nei luoghi di lavoro</li><li>○ Inserire un programma di acclimatamento graduale e prevedere un programma di turnazione per limitare l'esposizione dei lavoratori;</li><li>○ Aumentare la frequenza delle pause di recupero, invitare i lavoratori a rispettarle;</li><li>○ Ove possibile, mettere a disposizione dei lavoratori luoghi climatizzati in cui trascorrere le pause di interruzione del lavoro;</li><li>○ Mettere a disposizione idonei DPI e indumenti protettivi;</li><li>○ Istituire un programma di formazione, condotto da persone qualificate in materia di sicurezza e salute sul lavoro, per garantire che tutti i lavoratori potenzialmente esposti allo stress da calore e i loro supervisor dispongano delle conoscenze specifiche;</li><li>○ Promuovere un reciproco controllo tra lavoratori.</li><li>○ Per approfondimenti consultare l'opuscolo "Estate sicura - caldo e lavoro" pubblicato sul sito di ATS</li></ul>
--	---

Brescia, 17/07/2020  
Ufficio Stampa  
ATS Brescia