



Comune di Bologna
L'Assessore
Sanità, Welfare

Gentile cittadina/o,

come Lei sa, durante l'estate possono verificarsi condizioni climatiche che hanno spesso un effetto negativo sulla salute delle persone anziane e dei bambini molto piccoli; sono le cosiddette ondate di calore.

Particolare attenzione va riservata a chi presenta patologie croniche, come ad esempio i diabetici che devono assumere insulina o i soggetti con scompensi cardiaci e problemi pressori.

Per ridurre il più possibile i rischi connessi a queste situazioni, l'Amministrazione Comunale ha creato una rete di protezione per gli anziani fragili e con problemi di salute, in collaborazione con la Conferenza Territoriale Sociale e Sanitaria di Bologna, l'Azienda USL, l'ARPAE (Agenzia Regionale Prevenzione, Ambiente ed Energia), CUP 2000 e con il contributo delle Associazioni di Volontariato, dei Centri Sociali e delle Farmacie del territorio di Bologna.

In particolare, nel nostro Comune gli anziani potranno contare su:

- momenti di collettività presso strutture ricreative e centri sociali presenti nei Quartieri della città, provvisti di impianti di climatizzazione;
- supporto per coloro che sono in situazione di difficoltà, in particolare per reperire farmaci e generi alimentari.

Inoltre, su tutto il territorio dell'Azienda USL di Bologna, dal lunedì al venerdì dalle ore 8.30 alle ore 17.00 e il sabato dalle ore 8.30 alle ore 13.00, è a disposizione

IL NUMERO VERDE GRATUITO 800562110

al quale è possibile **chiedere informazioni e suggerimenti** sulle misure da adottare per far fronte alle ondate di calore e sulle risorse offerte come aiuto dalle strutture pubbliche e dal volontariato.



Comune di Bologna
L'Assessore
Sanità, Welfare

Infine, mi permetto di ricordarle le **precauzioni suggerite dall'Azienda USL** in caso di ondate di calore:

- bere molto e spesso anche quando non si ha sete, salvo diverso parere del medico, evitando bibite gassate o contenenti zuccheri e astenendosi, in generale, da bevande ghiacciate o fredde;
- evitare alcol e caffeina;
- fare bagni o docce con acqua tiepida per abbassare la temperatura corporea;
- utilizzare climatizzatori regolando la temperatura dell'ambiente con una differenza di non più di 6/7 gradi rispetto alla temperatura esterna; se si usano ventilatori per far circolare l'aria, non rivolgerli direttamente sul corpo;
- evitare di uscire nelle ore più calde della giornata;
- prestare attenzione a chi ha difficoltà ad orientarsi nel tempo e nello spazio, alle persone non autosufficienti, agli anziani che vivono da soli.

L'ondata di calore provoca vari disturbi, tra i quali la diminuzione della pressione del sangue, che causa un senso di debolezza, vertigini, annebbiamento della vista. È utile in questi casi sdraiarsi e sollevare le gambe, ed eventualmente rivolgersi al proprio medico curante.

In ogni caso, ricordi che i servizi sopra indicati, in particolare il numero telefonico gratuito (800562110), sono sempre a sua disposizione per ogni richiesta di informazioni o di supporto.

Con l'augurio di una buona estate

Giuliano Barigazzi