



**PROTEZIONE CIVILE**  
Comune di Putignano (BA)



# COMUNE DI PUTIGNANO

Città Metropolitana di Bari

**PIANO DI INTERVENTO  
PER LA PREVENZIONE DEGLI EFFETTI DELLE  
ONDATE DI CALORE SULLA SALUTE  
- ANNO 2023 -**

Approvato con la Deliberazione della Giunta Comunale n. 178 del 16/08/2023

## Sommario

<b>PREMESSA</b> .....	3
<b>INTRODUZIONE</b> .....	4
<b>LIVELLI DI RISCHIO</b> .....	4
<b>RISORSE E STRUTTURE DISPONIBILI</b> .....	4
<b>MODELLI DI INTERVENTO PER CIASCUN LIVELLO DI RISCHIO</b> .....	6
<b>MISURE DI AUTOPROTEZIONE</b> .....	9
<b>PERSONE ANZIANE</b> .....	9
<b>PERSONE CON MALATTIE RESPIRATORIE</b> .....	9
<b>PERSONE CON INSUFFICIENZA RENALE O IN DIALISI</b> .....	10
<b>PERSONE CON DIABETE</b> .....	10
<b>PERSONE AFFETTE DA DISTURBI PSICHICI O NEUROLOGICI</b> .....	10
<b>NEONATI E BAMBINI PICCOLI</b> .....	10
<b>DONNE IN GRAVIDANZA</b> .....	11
<b>LAVORATORI</b> .....	11
<b>PERSONE SOCIALMENTE ISOLATE E PERSONE SENZA FISSA DIMORA</b> .....	11
<b>TURISTI E PARTECIPANTI AD EVENTI DI MASSA</b> .....	12
<b>COME PROTEGGERE DAL CALDO CANI E GATTI</b> .....	12
<b>PROCEDURE E CANALI DI INFORMAZIONE</b> .....	14
<b>PROCEDURA</b> .....	14
<b>CANALI</b> .....	14
<b>SERVIZI DISPONIBILI</b> .....	15
<b>DISPOSIZIONI FINALI</b> .....	18
<b>Link utili:</b> .....	18

## PREMESSA

Le ondate di calore sono condizioni meteorologiche estreme che si verificano quando si registrano temperature molto elevate per più giorni consecutivi, spesso associati a tassi elevati di umidità, forte irraggiamento solare e assenza di ventilazione; tali condizioni rappresentano un rischio per la salute della popolazione. Studi epidemiologici hanno evidenziato come tali condizioni abbiano un impatto significativo sulla salute della popolazione residente nelle aree urbane, in particolare sulla mortalità della popolazione anziana.

Il Ministero della Salute, assieme al Centro per la prevenzione ed il controllo delle malattie (CCM), coordina il Sistema operativo nazionale di previsione e prevenzione degli effetti del caldo sulla salute, denominato *Heat Health Watch Warning System*, uno strumento che consente di modulare gli interventi di prevenzione in base ai livelli di rischio climatico. Tale sistema operativo consente il coordinamento centrale delle attività locali di prevenzione e l'attivazione del Sistema nazionale di previsione/allerta per ondate di calore.

Anche quest'anno il Sistema HHWW è operativo dal 15 maggio e lo sarà fino 15 settembre. Qualora persistano condizioni di rischio (livello 2 e 3) il bollettino di allerta sarà inviato anche durante il periodo dal 17 al 30 settembre 2023.

I bollettini sulle ondate di calore sono consultabili sul portale ministeriale [www.salute.gov.it/caldo](http://www.salute.gov.it/caldo) e riportano una previsione per 72 ore dal giorno di emissione. Nel bollettino sono indicati 4 livelli di rischio graduato:

- livello 0 – nessun rischio;
- livello 1 – rischio basso previsto per le successive 24-72 ore;
- livello 2 – rischio elevato previsto per le successive 24-72 ore;
- livello 3 – condizioni di rischio elevato (livello 2) persistenti per 3 o più giorni consecutivi per le successive 24-48 ore.

Tenuto conto delle attuali condizioni meteorologiche - che persisteranno ancora per diversi giorni - e del numero di chiamate alle Centrali Operative 118, nonché del conseguente ricorso agli accessi in Pronto Soccorso, il Dipartimento di Protezione Civile e Gestione Emergenze della Regione Puglia, in raccordo con il Dipartimento Promozione della Salute, con una circolare del 23/07/2023, hanno invitato le Amministrazioni Comunali a mettere in atto ogni più opportuna iniziativa e ad elaborare un piano di intervento che preveda, tra l'altro, modalità operative ed il raccordo con le Associazioni di volontariato e gli enti di promozione sociale del territorio al fine di tutelare gli anziani, i soggetti fragili e più a rischio di disagio associato all'esposizione alle elevate temperature, nonché di valutare l'eventuale attivazione dei C.O.C. per la gestione dell'emergenza caldo.

Questo Ente, già dall'emissione dei primi bollettini con livello 2 dalla seconda settimana di luglio, ha messo in atto le misure previste dal vigente Piano Comunale di Protezione Civile, tra cui:

- ✓ l'informazione alla popolazione sulle misure di prevenzione/autoprotezione dalle ondate di calore attraverso i canali di comunicazione ufficiali dell'Ente (sito web, social network, bacheche stradali) e, grazie alla collaborazione con gli Ordini professionali di Medici e Farmacisti, Associazioni di Protezione Civile e Promozione Sociale, anche nei luoghi di maggior frequentazione dagli anziani come farmacie e studi medici;
- ✓ la possibilità di usufruire di locali climatizzati (URP, Centro Anziani, sedi associative) al fine di ridurre lo stress da ondate di calore sulla salute;
- ✓ il monitoraggio telefonico e l'assistenza domiciliare dei soggetti fragili, a cura dei Servizi Sociali;
- ✓ il servizio di pronto spesa/farmaco della Croce Rossa Italiana, coordinato dal Centro Operativo;
- ✓ il raccordo informativo tra la ASL BA, i MMG, le Associazioni di Volontariato e gli altri soggetti coinvolti.

## INTRODUZIONE

Il presente Piano è basato sulle “Linee di indirizzo su ondate di calore e inquinamento atmosferico”<sup>1</sup> del Ministero della Salute e del CCM (Centro Nazionale Prevenzione e Controllo Malattie) e, pertanto, deve intendersi integrativo della pianificazione comunale di protezione civile.

Fondamentale, per la redazione, la collaborazione dei diversi soggetti coinvolti (ASL BARI, Medici di Medicina Generale e Pediatri di Libera Scelta, Farmacisti, Veterinari, Enti del Terzo Settore).

L’obiettivo è quello di migliorare l’efficienza del piano di protezione civile, relativamente alla prevenzione degli effetti del caldo sulla salute, fornendo indicazioni chiare e speditive.

### SOGGETTI COINVOLTI

ENTE LOCALE	Comune di Putignano (1 <sup>a</sup> Area - Affari Sociali – 4 <sup>a</sup> Area - Protezione Civile)
SERVIZIO SANITARIO	ASL Bari: P.O. Putignano, Distretto Socio Sanitario, MMG/PLS, Farmacisti
ORDINI PROFESSIONALI	Medici ed Odontoiatri, Farmacisti
ETS/ALTRI	Croce Rossa Italiana, Associazioni di Protezione Civile e Promozione Sociale (OPER, Overland Ovunque, Rangers, Caritas, Unitalsi), Cooperative Sociali, RSA, Case di Cura, Case di Riposo

### LIVELLI DI RISCHIO

<b>LIVELLO 0</b>	<b>NESSUNA ALLERTA</b>	Condizioni meteorologiche che non comportano un rischio per la salute della popolazione.
<b>LIVELLO 1</b>	<b>PREALLERTA</b>	Condizioni meteorologiche che possono precedere un livello 2.
<b>LIVELLO 2</b>	<b>PREALLERTA</b>	Temperature elevate e condizioni meteorologiche che possono avere effetti negativi sulla salute della popolazione, in particolare nei sottogruppi di popolazione suscettibili.
<b>LIVELLO 3</b>	<b>ALLERTA</b>	ONDATA DI CALORE - condizioni di emergenza 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. Tanto più prolungata è l'ondata di calore, tanto maggiori sono gli effetti negativi attesi sulla salute.

### RISORSE E STRUTTURE DISPONIBILI

L’Ufficio Protezione Civile predispone, ogni anno, delle adeguate scorte di acqua per fronteggiare situazioni di crisi ed emergenze sul territorio comunale.

Di seguito un elenco delle **risorse** disponibili:

<b>COMUNE DI PUTIGNANO</b>	<b>Ufficio Protezione Civile</b> Via Roma, 31 (ex Tribunale) 080 4056 108	<b>~1500 pz bottigliette di acqua</b>  2 frigoriferi compatti mono porta	Dr.ssa Scalini M.T. Dirigente 4 <sup>a</sup> Area  Sig. Laruccia D. V.Coordinatore GCPC
	<b>Ufficio Servizi Sociali</b> via Gianfedele Angelini 26/A 080 4056 311	2 auto per trasporto persone (dacia 7 posti)	Dr.ssa Giotta P. Dirigente 1 <sup>a</sup> Area
<b>ETS</b>	<b>Croce Rossa Italiana - Comitato Bassa Murgia</b> via P. Togliatti, 45 - Noci (BA)	mezzi per trasporto persone e cose	Sig. Laera C. Presidente Comitato

<sup>1</sup> [https://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_pubblicazioni\\_2867\\_allegato.pdf](https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2867_allegato.pdf)

Elenco delle **strutture climatizzate** per consentire il sollievo dalle alte temperature e/o il recupero dello stress da calore accumulato:

<b>COMUNE DI PUTIGNANO</b>	<b>Ufficio Relazioni con il Pubblico</b> via Roma, 31 c/o Municipio 080 4056 288 - 080 4056 307	dal lunedì al venerdì h 09.00-13.30 giovedì pomeriggio h 16.00-18.30	Dr.ssa Giotta P.
	<b>Centro Polivalente per Anziani</b> via Gianfedele Angelini, 26/L 080 4056 311 - 349 358 9062	dal lunedì al sabato h 09.00-13.00 / 14.30-19.30 domenica e festivi h 09.00-13.00 / 15.30-19.30	Dr.ssa Altea M. Referente
<b>ETS</b>	<b>Ass. Naz. Carabinieri</b> via Roma, 08 c/o Municipio	quando disposto dall'Ufficio di Protezione Civile o COC	Sig. Galizia F. Segretario ANC
	<b>Ass. Overland Ovunque</b> piazza E. Berlinguer	quando disposto dall'Ufficio di Protezione Civile o COC	Sig. Daprile G. Presidente

Tutte le sedi di farmacia, parafarmacie e studi medici sono climatizzate. L'utilizzo e le modalità di impiego, in quanto strutture private, è disposto dei Responsabili di sede.

## MODELLI DI INTERVENTO PER CIASCUN LIVELLO DI RISCHIO

Regione, Comune, ASL				
Programmazione di lungo periodo	Livello 0	Livello 1	Livello 2	Livello 3
<b>Pianificazione annuale e pre-estiva</b>	<b>Nessuna condizione meteorologica a rischio</b>	<b>Condizioni meteorologiche che possono precedere un livello 2</b> Preallerta dei servizi sanitari e sociali	<b>Temperature elevate e condizioni meteorologiche che possono avere effetti negativi sulla salute della popolazione, in particolare nei sottogruppi di popolazione suscettibili</b>	<b>Ondata di calore</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Collaborazione Regione, Comune e ASL per definire il piano di risposta al caldo che includa i sottogruppi più vulnerabili e marginalizzati</li> <li>• Definizione anagrafe suscettibili</li> <li>• Pianificare interventi di prevenzione in occasione di grandi eventi</li> <li>• Pianificazione interventi di prevenzione in diversi ambiti (es. scuole, carceri)</li> <li>• Pianificazione urbana (progettazione spazi verdi, interventi sull'efficienza energetica delle abitazioni)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rete informativa locale allerta ondate di calore (in sinergia con la protezione civile locale)</li> <li>• Attività di formazione per gli operatori (seminari, corsi ECM) e diffusione Linee guida ministeriali</li> <li>• Pianificazione iniziative sociali per anziani e gruppi a rischio (senza fissa dimora, turisti)</li> <li>• Pianificare specifici progetti di collaborazione tra Comuni, ASL e volontariato</li> <li>• Individuazione responsabile ASL per diffusione allerta ondate di calore e coordinamento interventi</li> <li>• Attivazione call center</li> <li>• Campagna informativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinamento e gestione fase pre-emergenza e rete informativa allerta caldo</li> <li>• Rafforzamento reti sociali (e di vicinato), interventi di "domiciliarità leggera" alla popolazione a maggior rischio</li> <li>• Attivazione servizi sociali domiciliari</li> <li>• Attivazione telemonitoraggio/ telesoccorso pazienti a rischio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinamento e gestione emergenza e rete informativa allerta caldo</li> <li>• Facilitare le prestazioni e la continuità dei servizi territoriali, ed in particolare le attività ambulatoriali specialistiche e di assistenza domiciliare</li> <li>• Garantire la continuità nell'assistenza di base</li> <li>• Potenziamento servizi di "domiciliarità leggera", telemonitoraggio/ telesoccorso pazienti a rischio</li> <li>• Prolungamento orari e potenziamento accoglienza nei centri anziani climatizzati e nei centri di accoglienza (diurni e notturni) per persone a rischio, senza fissa dimora</li> <li>• Interventi di prevenzione in occasione di grandi eventi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinamento e gestione emergenza e rete informativa allerta caldo</li> <li>• Facilitare le prestazioni e la continuità dei servizi territoriali, ed in particolare le attività ambulatoriali specialistiche e di assistenza domiciliare</li> <li>• Garantire la continuità nell'assistenza di base</li> <li>• Potenziamento servizi di "domiciliarità leggera", telemonitoraggio/ telesoccorso pazienti a rischio</li> <li>• Prolungamento orari e potenziamento accoglienza nei centri anziani climatizzati e nei centri di accoglienza (diurni e notturni) per persone a rischio, senza fissa dimora</li> <li>• Interventi di prevenzione in occasione di grandi eventi</li> </ul>
<b>Attenzione particolare ai sottogruppi suscettibili</b>				

In seguito alla pubblicazione di un Bollettino con previsione di un **livello 3**, il coordinamento delle attività è di competenza dell'Ufficio Protezione Civile o, qualora attivato, del Centro Operativo Comunale che potrà disporre quanto necessario per fronteggiare le condizioni di ondate di calore. Potenziare il raccordo informativo con gli altri soggetti Istituzionali.

**Ospedali e strutture per anziani (RSA, case di cura, strutture riabilitative, lungodegenze), operatori socio-sanitari**

Programmazione di lungo periodo	Livello 0	Livello 1	Livello 2	Livello 3
<b>Pianificazione annuale e pre-estiva</b>	<b>Nessuna condizione meteorologica a rischio</b>	<b>Condizioni meteorologiche che possono precedere un livello 2</b> Preallerta dei servizi sanitari e sociali	<b>Temperature elevate e condizioni meteorologiche che possono avere effetti negativi sulla salute della popolazione, in particolare nei sottogruppi di popolazione suscettibili</b>	<b>Ondata di calore</b>
<b>Ospedali e strutture per anziani</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Predisporre protocolli di emergenza es. Potenziamento dei posti letto in Pronto Soccorso</li> <li>• Iniziative per favorire il trasporto attivo verso l'ospedale (mezzi pubblici, piste ciclabili)</li> <li>• Interventi strutturali nell'ospedale e strutture per anziani (aria condizionata, schermature vetrate e tetti)</li> <li>• Progettazioni spazi verdi nell'ospedale</li> </ul> <b>Operatori socio-sanitari</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Educare i pazienti e le famiglie a uno stile di vita attivo e a basso impatto ambientale per ridurre i livelli di inquinamento atmosferico</li> </ul>	<b>Ospedali e strutture per anziani</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riformimenti di acqua potabile, fornitura elettricità</li> <li>• Formazione staff medico e paramedico sui rischi associati al caldo e sui protocolli emergenza</li> <li>• Coordinamento ospedale-territorio per dimissioni protette</li> <li>• Protocolli assistenziali per anziani fragili con sintomi legati al caldo dal Pronto Soccorso in strutture ospedaliere dotate di Unità Geriatriche per Acuti</li> <li>• Pianificazione protocolli di emergenza negli ospedali e 118 (es. dimissioni protette anziani a rischio o rinvio dimissione)</li> <li>• Monitoraggio parametri microclimatici negli ospedali/RSA</li> </ul> <b>Operatori socio-sanitari</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informazione e educazione degli anziani e dei loro care-givers</li> <li>• Collaborare attivamente a specifici progetti condivisi con ASL e Comune per individuare i soggetti suscettibili al caldo</li> </ul>	<b>Ospedali e strutture per anziani</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuazione pazienti a rischio</li> <li>• Adeguamento dieta dei pazienti/ospiti con alimenti ad elevato contenuto d'acqua (frutta, insalate) e adeguamento abbigliamento (tessuti leggeri e comodi)</li> </ul> <b>Operatori socio-sanitari</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitorare pazienti a rischio tramite contatti telefonici e visite domiciliari</li> <li>• Eventuale richiesta di presidi, prestazioni infermieristiche e assistenza specialistica per pazienti a rischio</li> </ul>	<b>Ospedali e strutture per anziani</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitoraggio temperatura negli ambienti dell'ospedale</li> <li>• Incremento visite mediche di controllo degli ospiti</li> <li>• Verifica supporto familiare per tutti gli ospiti/pazienti (visite/telefonate)</li> <li>• Attivazione protocolli di emergenza e percorsi assistenziali per persone con sintomi legati al caldo in PS</li> </ul> <b>Operatori socio-sanitari</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitorare pazienti a rischio (telefonate, visite domiciliari)</li> <li>• Tenere presente il caldo come causa di patologie o di aggravamenti nei pazienti malati o in trattamento</li> <li>• Richiesta di presidi, prestazioni infermieristiche e assistenza specialistica per pazienti a rischio</li> <li>• Garantire le prestazioni e la continuità dell'assistenza</li> </ul>	<b>Ospedali e strutture per anziani</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitoraggio parametri vitali e equilibrio idro-elettrolitico in pazienti a rischio</li> <li>• Favorire l'assunzione di liquidi e di sali da parte dei pazienti non autosufficienti</li> <li>• Verifica supporto familiare per tutti gli ospiti/pazienti (visite/telefonate)</li> <li>• Attivazione protocolli di emergenza e percorsi assistenziali per persone con sintomi legati al caldo in PS</li> </ul> <b>Operatori socio-sanitari</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitorare pazienti a rischio (telefonate, visite domiciliari)</li> <li>• Tenere presente il caldo come causa di patologie o di aggravamenti nei pazienti malati o in trattamento</li> <li>• Richiesta di presidi, prestazioni infermieristiche e assistenza specialistica per pazienti a rischio</li> <li>• Garantire le prestazioni e la continuità dell'assistenza</li> </ul>

**Attenzione particolare ai sottogruppi suscettibili**

Comune di Putignano - prot. in partenza n. 0057020 del 16-08-2023

**Utenti, caregivers, associazioni di volontariato**

Programmazione di lungo periodo	Livello 0	Livello 1	Livello 2	Livello 3
<b>Pianificazione annuale e pre-estiva</b>	<b>Nessuna condizione meteorologica a rischio</b>	<b>Condizioni meteorologiche che possono precedere un livello 2</b> Preallerta dei servizi sanitari e sociali	<b>Temperature elevate e condizioni meteorologiche che possono avere effetti negativi sulla salute della popolazione, in particolare nei sottogruppi di popolazione suscettibili</b>	<b>Ondata di calore</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Migliorare l'efficienza energetica della propria abitazione e nel luogo di lavoro (pannelli isolanti esterni o interni, ombreggiature, tende da sole e persiane, e, in modo più economico, con tendine alle finestre di colore chiaro che riflettono il calore)</li> <li>Contribuire a ridurre i livelli di inquinamento atmosferico preferendo il trasporto attivo (mezzi pubblici, in bicicletta, a piedi)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Interventi di schermatura e isolamento termico, manutenzione condizionatori d'aria nell'ambiente domestico e di lavoro</li> <li>Collaborazione con i Servizi Sociali Territoriali del Comune nel rafforzamento delle reti sociali (e di vicinato)</li> <li>Informarsi su dove consultare l'allerta ondate di calore</li> <li>Informarsi sui rischi associati al caldo e sui consigli per prepararsi all'arrivo del caldo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Programmare i viaggi informandosi sul rischio ondate di calore</li> <li>Pianificare scorte di acqua, cibo e medicinali</li> <li>Informarsi sui servizi di assistenza e locali climatizzati</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Evitare di uscire nelle ore più calde, utilizzare correttamente il condizionatore, conservare correttamente farmaci e alimenti</li> <li>Seguire una dieta leggera, con molta verdura e frutta fresca, adeguata idratazione</li> <li>Offrire aiuto a parenti o vicini di casa anziani che vivono soli</li> <li>In presenza di sintomi dei disturbi legati al caldo contattare un medico</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Evitare di uscire nelle ore più calde, utilizzare correttamente il condizionatore, conservare correttamente farmaci e alimenti</li> <li>Seguire una dieta leggera, con molta verdura e frutta fresca, adeguata idratazione</li> <li>Offrire aiuto a parenti o vicini di casa anziani che vivono soli</li> <li>In presenza di sintomi dei disturbi legati al caldo contattare un medico</li> </ul>

**Attenzione particolare ad anziani che vivono soli, persone con malattie croniche, senza fissa dimora**

## MISURE DI AUTOPROTEZIONE

Di seguito alcune raccomandazioni per sottogruppi a rischio e per la popolazione generale.

### PERSONE ANZIANE

- ✓ All'inizio dell'estate verificare con il medico curante le terapie e valutare l'uso corretto in caso di temperature elevate
- ✓ Areare la casa durante le ore notturne e chiudere imposte esterne e tende durante il giorno
- ✓ Fare indossare abiti di cotone o lino comodi di colore chiaro, evitare fibre sintetiche
- ✓ 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
- ✓ Incoraggiare la persona anziana a muoversi con regolarità
- ✓ 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
- ✓ Assicurarsi che le persone malate e/o costrette a letto non siano troppo coperte
- ✓ 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
- ✓ Fare attenzione ai sintomi di disidratazione e dei disturbi associati al
- ✓ 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
- ✓ Informarsi sui servizi di assistenza per gli anziani durante il periodo estivo disponibili nel proprio territorio (tramite la App Caldo e Salute o sul sito [www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it))
- ✓ 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)

Consultare anche l'opuscolo [\*Estate Sicura Come Vincere Il Caldo - Raccomandazioni per il personale che assiste gli anziani a casa.\*](#)

### PERSONE CON MALATTIE RESPIRATORIE

- ✓ In casa tenere chiuse porte e finestre durante le ore calde anche per evitare l'ingresso di inquinanti che possono aggravare la patologia respiratoria
- ✓ Coprirsi ogni volta che si deve passare da un ambiente caldo a uno più freddo e ventilato
- ✓ Considerare che respirare aria calda e ricca di umidità può provocare esacerbazioni dell'asma e della BPCO
- ✓ Informarsi sulla qualità dell'aria nella propria città e se possibile evitare di uscire nei giorni con livelli di inquinamento elevati
- ✓ Evitare le zone particolarmente trafficate perché il caldo può potenziare gli effetti dell'inquinamento atmosferico sull'apparato respiratorio
- ✓ Evitare i parchi e le aree verdi dove sono presenti pollini (se si è allergici) e dove si registrano alti valori di ozono, un potente irritante delle vie respiratorie
- ✓ Se si esce all'aperto, portare con sé la terapia da effettuare in caso di broncocostrizione
- ✓ Evitare sforzi fisici e attività fisica intensa durante le ore più calde

## PERSONE CON INSUFFICIENZA RENALE O IN DIALISI

- ✓ Prestare particolare attenzione al proprio peso e controllare la pressione arteriosa
- ✓ In caso di marcata riduzione del peso o abbassamento della pressione arteriosa è bene consultare il medico curante
- ✓ Seguire una sana alimentazione preferendo gli alimenti con basso rapporto potassio/fibre (frutta: mele, fragole, frutti di bosco, arachidi; verdura e legumi: ravanelli, carote, piselli, peperoni, fagioli)
- ✓ Prevenire la disidratazione e fare attenzione ai sintomi delle patologie associate al caldo per ridurre il rischio di effetti avversi sull'apparato renale

## PERSONE CON DIABETE

- ✓ Poiché il caldo può provocare fluttuazioni nei livelli di glicemia, aumentare la frequenza dei controlli glicemici, specialmente nei pazienti diabetici anziani (chiedere al medico curante consigli su come gestire la terapia (in particolare per i diabetici in terapia con insulina) quando fa caldo
- ✓ Se si pratica un'attività fisica tenere conto che può essere necessario effettuare un aggiustamento della terapia insulinica perché con l'attività fisica si riduce il livello di glicemia nel sangue. Continuare a monitorare la glicemia per alcune ore dopo l'attività fisica
- ✓ Quando si esce di casa portare un piccolo spuntino con sé per prevenire episodi di ipoglicemia che possono essere più frequenti in estate. Chiedere consiglio al proprio nutrizionista
- ✓ Assicurare un'adeguata idratazione, evitando bevande zuccherate e succhi di frutta e bevande contenenti caffeina che possono aumentare le perdite di liquidi e incrementare la glicemia
- ✓ Esporsi al sole con cautela per evitare ustioni serie a causa di una minore sensibilità al dolore. Tenere presente che le ustioni possono aumentare la glicemia
- ✓ Fare attenzione ad una corretta conservazione degli antidiabetici orali e dell'insulina
- ✓ Il calore e il sole possono danneggiare il dispositivo e le strisce per misurare di glicemia e la pompa che rilascia insulina
- ✓ Evitare di camminare a piedi nudi anche se si è in spiaggia o in piscina, perché a causa della malattia piccole ferite possono più difficilmente rimarginarsi e può aumentare il rischio di complicanze del diabete

## PERSONE AFFETTE DA DISTURBI PSICHICI O NEUROLOGICI

- ✓ I familiari o chi si prende cura di queste persone, devono controllarne le condizioni di salute, accertando che l'idratazione e l'alimentazione siano adeguate, verificare l'assunzione dei farmaci ed eventualmente ricontattare il medico curante per rimodulare la terapia
- ✓ Segnalare al medico qualsiasi malessere, anche lieve, che sopraggiunga durante una terapia farmacologica. Si consiglia di consultare il proprio medico di famiglia per adeguare eventualmente la terapia
- ✓ Non sospendere autonomamente le terapie in corso: una sospensione, anche temporanea, della terapia senza il controllo del medico può aggravare severamente uno stato patologico

## NEONATI E BAMBINI PICCOLI

- ✓ Offrire spesso al bambino acqua da bere
- ✓ Allattare i neonati più frequentemente
- ✓ Scegliere un'alimentazione ricca di frutta e verdura, con alto contenuto di liquidi e di sali minerali
- ✓ Controllare la temperatura corporea dei lattanti e dei bambini piccoli, rinfrescare il loro corpo con una doccia tiepida e quando possibile aprire il pannolino
- ✓ Mantenere freschi i locali dove soggiorna il bambino
- ✓ 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.

- ✓ In caso di sintomi moderati o gravi disidratazione, stress da calore contattare immediatamente il pediatra o i servizi di emergenza.
- ✓ 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](#))

**È importante che i pediatri siano parte del piano di risposta agli effetti del caldo e siano informati sui rischi associati al caldo e sulle raccomandazioni per la prevenzione da trasmettere alle famiglie.**

## DONNE IN GRAVIDANZA

**Un altro gruppo di popolazione suscettibile agli effetti del caldo è rappresentato dalle donne in gravidanza. Per proteggere la salute della futura mamma e del nascituro è importante che i medici di base e i ginecologi forniscano una serie di semplici ma importanti consigli:**

- ✓ Evitare l'eccessivo incremento ponderale
  - ✓ 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
  - ✓ Proteggersi dal caldo eccessivo all'interno della abitazione (utilizzo corretto del condizionatore, schermature ai vetri, finestre, vestire con indumenti leggeri)
  - ✓ Evitare le strade molto trafficate e le aree verdi dove i livelli di ozono sono più elevati
- Per ulteriori consigli consultare l'opuscolo [Estate sicura. Come vincere il caldo in gravidanza](#)

## LAVORATORI

*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.*

**È importante che il lavoratore, nei periodi di caldo intenso, tenga conto dei seguenti suggerimenti:**

- ✓ 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
- ✓ Prevenire la disidratazione (avere acqua fresca a disposizione e bere regolarmente, a prescindere dallo stimolo della sete)
- ✓ Indossare abiti leggeri di cotone, traspiranti, di colore chiaro, comodi, adoperando un copricapo (non lavorare a pelle nuda)
- ✓ Rinfrescarsi bagnandosi con acqua fresca
- ✓ Informarsi sui sintomi a cui prestare attenzione e sulle procedure di emergenza
- ✓ Lavorare nelle zone meno esposte al sole
- ✓ Ridurre il ritmo di lavoro, aumentare la frequenza delle pause e riposarsi in luoghi freschi
- ✓ Evitare di lavorare da soli

Per approfondimenti consultare l'opuscolo [Estate sicura - Caldo e lavoro. Guida per i lavoratori](#).

## PERSONE SOCIALMENTE ISOLATE E PERSONE SENZA FISSA DIMORA

- ✓ Se si vive soli e si è in difficoltà, non esitare a chiedere aiuto a conoscenti e vicini di casa
- ✓ 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
- ✓ 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

- ✓ Segnalare ai servizi sociali la presenza in strada di persone in stato di povertà, senza un riparo. Se la persona senza fissa dimora è collaborativa, offrire dell'acqua e incoraggiarla a trascorrere le ore più calde del giorno in un luogo pubblico climatizzato
- ✓ Valutare i segni precoci di disidratazione e altri sintomi associati al caldo nelle persone isolate o senza fissa dimora specialmente in concomitanza di abuso di alcol e malattie mentali

## TURISTI E PARTECIPANTI AD EVENTI DI MASSA

- ✓ Idratarsi a sufficienza e in caso di forte sudorazione, consumare cibi salati per reintegrare anche i sali persi col sudore
- ✓ Fare attenzione all'igiene: il caldo e l'umidità possono favorire le infezioni fungine
- ✓ Fare attenzione alle polveri in ambienti caldi e con poca umidità in quanto possono irritare occhi e vie respiratorie, in particolare se si è portatori di lenti a contatto
- ✓ Evitare l'esposizione al sole nelle ore centrali del giorno quando le radiazioni UV sono più intense
- ✓ Evitare i cibi conservati a lungo a temperatura ambiente per il rischio di tossinfezioni alimentari
- ✓ Proteggersi dai raggi UV coprendo braccia e gambe o applicando creme solari protettive

### Per gli organizzatori di eventi di massa:

- ✓ Organizzare l'evento in modo da ridurre i percorsi da effettuare in piedi e in fila
- ✓ Organizzare sistemi di spruzzo di acqua per rinfrescare i partecipanti
- ✓ Distribuire ai partecipanti consigli per proteggersi dal caldo, informazione sui sintomi dei disturbi associati al caldo e sui numeri di emergenza (es. tramite pannelli digitali, annunci vocali, ventagli o cappellini)
- ✓ Assicurare bottiglie di acqua o accesso a fonti di acqua potabile
- ✓ Organizzare un'area ombreggiata e di primo soccorso e percorsi per trasporti di emergenza
- ✓ Tenere presente che l'alcol può peggiorare gli effetti del caldo sulla salute
- ✓ Assicurare l'accesso a alimenti ricchi di acqua come insalate e yogurt adeguatamente conservati
- ✓ Valutare se rimandare l'evento in concomitanza di un'ondata di calore molto intensa

## COME PROTEGGERE DAL CALDO CANI E GATTI

Il caldo eccessivo, soprattutto se associato a un alto tasso di umidità, può essere molto pericoloso per i nostri amici a quattro zampe. Durante la stagione estiva la salute degli animali va quindi tutelata ancora di più. Infatti, in estate, anche gli animali domestici, così come l'uomo, possono andare incontro al colpo di calore o al colpo di sole, che può mettere seriamente in pericolo la loro vita.

È importante sapere che cani e gatti non sudano, se non attraverso i polpastrelli, e la loro termoregolazione avviene quindi principalmente attraverso piccoli e frequenti atti respiratori, in modo da far passare velocemente l'aria sulle superfici umide del cavo orale e determinare così la dispersione del calore.

Sono più predisposti al colpo di calore/di sole i cuccioli, gli animali anziani, le razze brachicefale (es. bulldog, gatti persiani ecc.), gli animali obesi e quelli affetti da malattie cardiocircolatorie e dell'apparato respiratorio.

Ecco 10 mosse, molto semplici ma efficaci, per proteggere la salute dei nostri amici a quattro zampe.

### Come prevenire il colpo di calore in cani e gatti

- ✓ Assicura a casa una temperatura costante, intorno a 22°- 24°C ma attento a non esporre in maniera diretta l'animale all'aria condizionata.
- ✓ Abbassa le tapparelle e chiudi le tende nelle ore più calde.
- ✓ Non confinare l'animale in una stanza chiusa.
- ✓ Lascia sempre a disposizione acqua fresca.
- ✓ Posiziona la cuccia nella zona più fresca, ventilata e ombreggiata della casa; alzala di qualche centimetro da terra: l'assenza di contatto diretto con il pavimento o il terreno faciliterà la circolazione e il ricambio dell'aria.
- ✓ Crea una fresca area di comfort (tappetini refrigeranti o borsa del ghiaccio avvolta in un panno).

- ✓ Rinfresca l'animale strofinando collo, testa, ascelle e regione inguinale con un panno umido (MAI usare ghiaccio o acqua ghiacciata).
- ✓ NO alle passeggiate nelle ore più calde (si rischiano ustioni ai polpastrelli). Porta con te una bottiglietta di acqua non ghiacciata.
- ✓ Non tosare l'animale; il mantello assolve ad una funzione termoregolatrice e filtra i raggi solari.
- ✓ Non lasciarlo mai solo in auto; non è sufficiente lasciare i finestrini un poco aperti e neanche parcheggiare all'ombra, perché l'abitacolo del veicolo si riscalda rapidamente.

**Cosa fare in caso di colpo di calore**

Se l'animale manifesta qualche sintomo riferibile a colpo di calore (affanno, letargia, barcollamenti) contatta subito il veterinario.

Nell'attesa, procedi in questo modo:

- ✓ Sposta rapidamente l'animale e portalo in ambiente fresco e ventilato.
- ✓ Raffreddalo con acqua fredda ma non ghiacciata, bagnando le zampe e il corpo delicatamente, applica panni bagnati al collo, alla testa, alle ascelle e alla regione inguinale.
- ✓ Monitora la situazione per le successive 24-48 ore.

## PROCEDURE E CANALI DI INFORMAZIONE

### PROCEDURA

Le informazioni relative al livello di rischio per ondate di calore, a partire dal livello 1 - giallo, sono trasmesse via e-mail, a cura dell'Ufficio Protezione Civile:

- alle Strutture/Servizi della ASL Bari;
- ai MMG/PLS, alle Farmacie/Parafarmacie;
- alle Strutture Sensibili (RSA, case di cura, strutture riabilitative, ecc.);
- alle Associazioni di Protezione Civile e Promozione Sociale;
- ai Servizi Sociali Comunali;
- ai Gestori dei Pubblici Servizi;
- all'Ufficio Stampa dell'Ente ed all'URP;
- alla Stampa Locale.

Nel caso in cui il Bollettino riporti una previsione di livello di rischio 3 - rosso, in relazione alle condizioni meteorologiche indicate nel Bollettino Meteorologico Regionale a cura dell'ARIF o, comunque, nel Bollettino Regionale di Criticità della Protezione Civile Puglia, potrà essere data comunicazione via e-mail:

- ✓ alla Giunta Comunale;
- ✓ al Consiglio Comunale;
- ✓ ai Dipendenti dell'Ente;

affiche adottino le norme di autoprotezione e le diffondano ai familiari e conoscenti, ma soprattutto alle persone anziane o sole.

### CANALI

Per livelli di rischio a partire da 1 (giallo) viene data la massima diffusione attraverso:

- il sito web istituzionale dell'Ente [www.comune.putignano.ba.it](http://www.comune.putignano.ba.it);
- il sito web di protezione civile comunale <https://putignano.infoalert365.it/>;
- i canali social dell'Amministrazione:
  - Facebook - Protezione Civile Putignano: [www.facebook.com/PCputignano](http://www.facebook.com/PCputignano);
  - Instagram - Protezione Civile Putignano: [www.instagram.com/protezionecivile\\_putignano](http://www.instagram.com/protezionecivile_putignano);
  - Twitter - Protezione Civile Putignano: <https://twitter.com/PCPutignano>;
  - Facebook - Comune di Putignano: [www.facebook.com/comune.putignano.ba](http://www.facebook.com/comune.putignano.ba);
  - Instagram - Comune di Putignano: [www.instagram.com/comune\\_di\\_putignano](http://www.instagram.com/comune_di_putignano);
  - Facebook - Servizio Civile Putignano: [www.facebook.com/serviziocivileputignano](http://www.facebook.com/serviziocivileputignano);
  - Instagram - Servizio Civile Putignano: [www.instagram.com/servizio\\_civile\\_putignano](http://www.instagram.com/servizio_civile_putignano);
  - il canale Telegram del Comune di Putignano <https://t.me/ComunePutignano>;
- il servizio infoAlert<sup>365</sup> su WhatsApp dal +39 349 934 7350 (per iscriversi basta inviare un messaggio con il testo PUTIGNANO).
- la Stampa Locale e le pagine Facebook delle Associazioni di Protezione Civile.

## SERVIZI DISPONIBILI

Elenco dei servizi a disposizione dei soggetti vulnerabili.

### **CENTRO SOCIALE POLIVALENTE PER ANZIANI "MARGHERITA PUSTERLA"**

via Gianfedele Angelini, 26/L - Tel. 080 4056 311 Cell. 349 358 9062

*Il Centro offre la possibilità di svolgere diverse attività, in un ambiente climatizzato, con personale qualificato e formato.*

*Aperto tutti i giorni: dal lunedì al sabato h 09-13/ 14.30-19.30, domenica e festivi h09-13/ 15.30-19.30*

### **ASSISTENZA DOMICILIARE**

Ufficio Servizi Sociali - Tel. 080 4056 311

*Operatrici formate effettuano verifiche relativamente agli aspetti socio-sanitari nei confronti degli assistiti accertando lo stato di salute nei periodi di ondate di calore, informando sulle misure di autoprotezione per proteggersi dal caldo.*

### **SERVIZIO DI COMPAGNIA E DISBRIGO PRATICHE**

Ufficio Servizi Sociali & Servizio Civile "UP2020" - Tel. 080 4056 311

*Gli operatori volontari del progetto di Servizio Civile Universale "UP2020", al fine di migliorare le condizioni di vita di anziani e persone sole, svolgono attività di compagnia e disbrigo pratiche (pagamento bollette, spesa o consegna a domicilio, prenotazione visite mediche, ritiro farmaci e richieste mediche, ecc.).*

### **SORVEGLIANZA ATTIVA TELEFONICA**

Ufficio Servizi Sociali - Tel. 080 4056 311

*Attività di monitoraggio in favore di anziani ultrasettantacinquenni soli, non autosufficienti e in condizioni socio-economiche e ambientali di particolare fragilità, individuati dai Servizi sociali.*

*Qualora necessario, si procederà a rendere il servizio di disbrigo pratiche.*

---

## **FARMACIE**

### **FARMACIA LAERA**

Via Carlo Rosselli, 2 (ingresso di fronte alla vecchia sede) - Tel. 080 491 1151

[farmacialaera270@gmail.com](mailto:farmacialaera270@gmail.com)

*Servizi a disposizione dei soggetti vulnerabili:*

- ✓ Misurazione gratuita della pressione;
- ✓ Locali climatizzati (in caso di stanchezza la persona può sostare, sedersi e rifocillarsi);
- ✓ Prenotazione farmaci;
- ✓ Consegna farmaci a domicilio;

Apertura: dal lunedì al venerdì dalle 8:30 alle 13 e dalle 17 alle 20:30.

### **FARMACIA MURAT**

Via Gioacchino Murat, 99 - Tel. 080 405 9246

[farmaciamurat@gmail.com](mailto:farmaciamurat@gmail.com)

*Misurazione pressione, Servizi di telemedicina (ECG, holter cardiaco e pressorio), locali climatizzati, dispensazione farmaci.*

Lunedì-venerdì 8:30-13:00 / 17:00-20:30

### **FARMACIA PALAZZO**

Corso Umberto 1°, 78 - Tel. 080 491 1697

[farmaurigaputignano@gmail.com](mailto:farmaurigaputignano@gmail.com)

*Misurazione pressione sanguigna, locali climatizzati, disponibilità di acqua, consegna a domicilio dei farmaci e primo intervento.*

Apertura: dal lunedì al venerdì orari 8:30-13:00 e 17:00-20:30.

### **FARMACIA SERIO**

Estramurale a Mezzogiorno, 22 - Tel. 080 491 1660

[farmaciaserio@gmail.com](mailto:farmaciaserio@gmail.com)

*Misurazione pressione, consegna farmaci, locale climatizzato, sedute comode, ECG ed holter a domicilio, ascolto telefonico e teleassistenza in video call.*

Orari dal lunedì al venerdì 8:30-13:00 e 17:00-20:30.

### **PRONTO SPESA & PRONTO FARMACI**

*Croce Rossa Italiana - Comitato Bassa Murgia*

Servizio gratuito rivolto a soggetti fragili (es. anziani, persone sole o non autosufficienti) per la consegna a domicilio di farmaci e beni di prima necessità.

Servizio attivo tutti i giorni. È possibile telefonare o mandare un messaggio WhatsApp al **327 374 2885** dalle ore 10.00 alle 12.00 e dalle 17.00 alle 20.00.

---

### **MINISTERO DELLA SALUTE**

**Numero di Pubblica Utilità 1500**

*Il numero di pubblica utilità 1500 "Proteggiamoci dal caldo", ha l'obiettivo di offrire un servizio di prossimità ai cittadini, in particolare a quelli di età avanzata o con problemi di autosufficienza, fornendo un orientamento ai servizi socio-sanitari presenti sul territorio nazionale e svolgendo al tempo stesso anche attività di counseling telefonico.*

Il servizio **1500** è gratuito e sarà attivo **tutti i giorni dalle 8 alle 20**. Rispondono operatori altamente qualificati e formati.

### **CROCE ROSSA**

**Numero verde 1520 - SMS al numero 435 3535**

*Punto unico di accesso, **attivo tutti i giorni – 24 ore su 24**, assicura la presa in carico e la risposta a tutte le richieste attraverso il coinvolgimento attivo dei Comitati CRI.*

*Grazie alla rete con il territorio promuoviamo servizi orientati alla salute e al benessere delle comunità più fragili per garantire percorsi di prevenzione, sicurezza e inclusione sociale.*

### **URP ASL BA**

**Numero Verde 800 019467**

*Per qualsiasi informazione inerente ai servizi sanitari per i cittadini, italiani o stranieri, iscrizioni al Servizio sanitario, S.T.P., servizi di guardia medica attivi, è possibile contattare il numero 080 5842400 dal lunedì al venerdì, dalle ore 8 alle 14, e il giovedì dalle ore 15.30 alle 18.*

## **TELEFONO AMICO**

*Telefono amico si impegna per dare a chiunque si trovi in stato di crisi o emergenza emozionale, in qualunque momento e in modo completamente gratuito, la possibilità di trovare un volontario aperto all'ascolto e al dialogo per favorire il benessere personale e la salute sociale.*

**Attivo tutti i giorni dalle 10 alle 24 chiamando il numero 02 2327 2327** - WhatsApp tutti i giorni dalle 18 alle 21 al numero 324 011 7252.

## **APP "CALDO E SALUTE"**

Il ministero della Salute mette a disposizione l'app "Caldo e Salute" che fornisce una sintesi grafica dei livelli di rischio e le raccomandazioni per la prevenzione. L'applicazione è disponibile sui dispositivi mobili iOS e Android da Apple store e Play store.

## DISPOSIZIONI FINALI

Per quanto non espressamente indicato nel presente Piano, si rimanda alle “Linee di indirizzo su ondate di calore e inquinamento atmosferico” del Ministero della Salute ed al vigente Piano Comunale di Protezione Civile.

Il presente Piano può essere aggiornato/modificato/integrato in relazione alle esigenze operative e strutturali.

Si allegano, per completezza d’informazioni, le schede tratte dalle “Linee di indirizzo su ondate di calore e inquinamento atmosferico” relativamente a:

1. Il ruolo dei Medici di Medicina Generale nella sorveglianza attiva degli anziani suscettibili al caldo;
2. Il ruolo di altri operatori sanitari nella sorveglianza attiva degli anziani suscettibili al caldo;
3. Il ruolo delle strutture sociali e sanitarie di ricovero e cura;
4. Indicazioni per gli operatori di assistenza domiciliare e il personale delle associazioni di volontariato;
5. Norme di Autoprotezione - Allegato A.

### Link utili:

- ✓ Ministero della Salute: [www.salute.gov.it/caldo](http://www.salute.gov.it/caldo)
- ✓ Dipartimento nazionale della Protezione Civile: [www.protezionecivile.gov.it/it/approfondimento/in-caso-di-ondate-di-calore](http://www.protezionecivile.gov.it/it/approfondimento/in-caso-di-ondate-di-calore)
- ✓ Regione Puglia - Salute: [www.sanita.puglia.it/ondate-di-calore](http://www.sanita.puglia.it/ondate-di-calore)
- ✓ Protezione Civile Puglia: [www.protezionecivile.puglia.it](http://www.protezionecivile.puglia.it)
- ✓ Comune di Putignano: [www.comune.putignano.ba.it](http://www.comune.putignano.ba.it)
- ✓ Protezione Civile Putignano: [www.comune.putignano.ba.it/protezionecivile](http://www.comune.putignano.ba.it/protezionecivile)

## 2.7. Il ruolo dei Medici di Medicina Generale nella sorveglianza attiva degli anziani suscettibili al caldo

Il Medico di Medicina Generale (MMG) è una figura chiave in un programma di prevenzione degli effetti del caldo rivolto alla popolazione anziana o con patologie croniche. Il MMG rappresenta il primo punto di contatto per l'attivazione di cure sanitarie e la diretta conoscenza dei propri assistiti gli permette di avere un ruolo centrale per la prevenzione e la gestione di situazioni di possibile emergenza ambientale come le ondate di calore.

In diverse città, all'inizio dell'estate le liste dei suscettibili relative ai propri pazienti vengono messe a disposizione dei MMG che valutano se includere i pazienti in un intervento di **sorveglianza attiva** effettuata dal medico in collaborazione con altri operatori dei servizi socio-sanitari. In altre città, i pazienti suscettibili sono inseriti in un programma di intervento di telemonitoraggio collegato a una rete di prevenzione di cui fa parte il MMG e la sorveglianza attiva è effettuata da volontari o da familiari adeguatamente formati (es. custodi sociali). Le procedure di identificazione dei suscettibili nelle città italiane sono descritte nel paragrafo 2.6.

### Sorveglianza attiva dei MMG

I MMG come gli altri operatori socio-sanitari coinvolti nella prevenzione, possono ricevere giornalmente l'informazione sul livello associato al rischio ondate di calore, tramite la [App "Caldo e salute"](#) (attivata dal Ministero) o via email/sms dal referente preposto a livello di ASL nelle città dove sono attivi i sistemi di allarme (vedi paragrafo 2.1); in questo modo, le attività di sorveglianza e prevenzione nei confronti dei gruppi più suscettibili (individuati nelle apposite liste) possono essere modulate a seconda del livello di rischio come riportato nel paragrafo 2.3.

La figura del MMG svolge, quindi un ruolo importante nella rete di prevenzione/protezione nei confronti degli anziani suscettibili al caldo. In particolare, le principali attività svolte dal MMG, sintetizzate in figura 9, sono le seguenti:

1. Campagna di informazione ai pazienti e ai familiari e/o caregivers
  - Sensibilizzazione sull'importanza di seguire le raccomandazioni generali per proteggersi dal caldo, sul corretto utilizzo del climatizzatore, sulla prevenzione della disidratazione, sull'interazione caldo e farmaci e sulla loro corretta conservazione;
  - informazioni sui sintomi dei disturbi associati al caldo, su come riconoscerli e prevenirli e cosa fare in caso di emergenza;
  - orientamento sui servizi socio-sanitari, servizi di emergenza attivi sul territorio e linee telefoniche dedicate;
2. Revisione delle liste dei suscettibili e identificazione dei pazienti da includere nel programma di sorveglianza
3. Interventi di sorveglianza attiva durante le ondate di calore degli anziani inseriti nella lista dei suscettibili (vedi tabella 5)
  - telefonate e visite ai pazienti, rimodulazione terapia, eventuale attivazione CAD, trasferimento in ospedale/RSA

**Tabella 5. Intervento di sorveglianza attiva dei MMG**

**Livello 0**

- Liste suscettibili (revisione liste fornite dalla ASL, inserimento diretto dei pazienti secondo quanto previsto dalla propria ASL/Regione)
- Campagna di Informazione ai pazienti e alle loro famiglie

**Livello 1**

- Segnala ai servizi sociali i soggetti con eventuali bisogni per l'attivazione di assistenza sociale (teleassistenza e telesoccorso, servizi assistenza anziani, aiuto domiciliare, centri diurni integrati)
- In previsione di un'ondata di calore pianifica accessi domiciliari programmati (ADP)

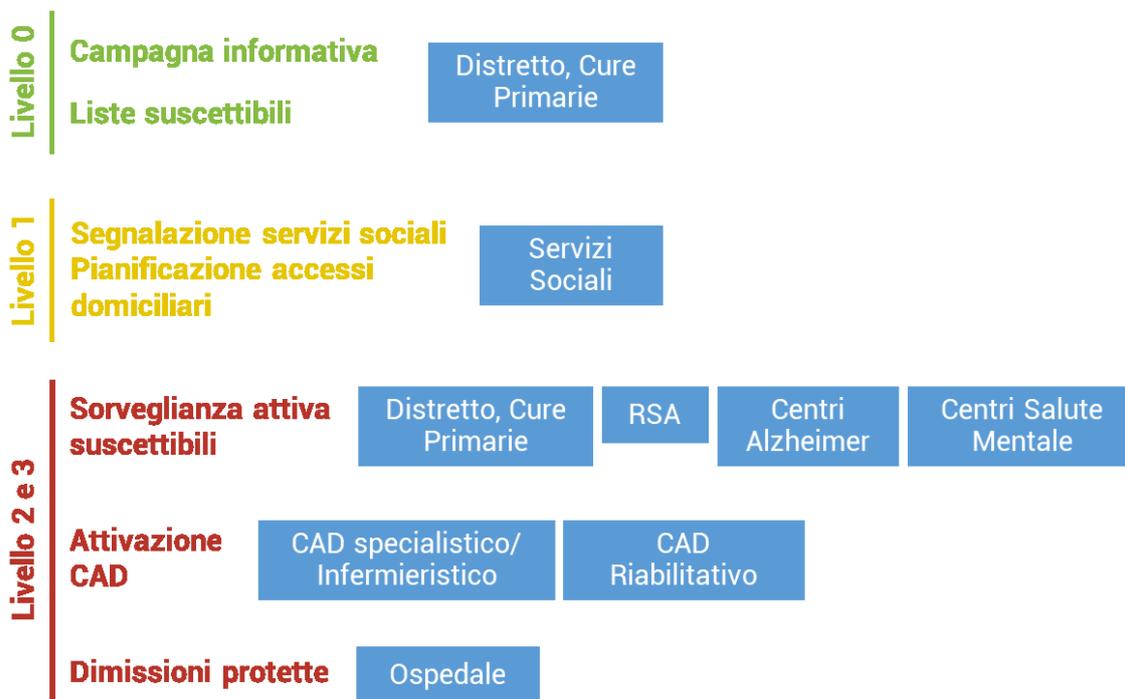
**Livello 2**

- Garantisce la continuità assistenziale attraverso un'adeguata comunicazione al medico sostituto delle informazioni relative ai pazienti a maggior rischio
- Effettua accessi Domiciliari (ADP) ai pazienti suscettibili
- Monitora i parametri biologici (pressione arteriosa, temperatura, saturazione di ossigeno, polso, urine) e presta particolare attenzione a sintomi precoci di patologie associate al caldo, al peggioramento di patologie preesistenti e a sintomi aspecifici di disturbi associati al caldo (es. difficoltà ad addormentarsi, sonnolenza, affaticabilità, disturbi del comportamento, vertigini/stato confusionale, nausea o vomito, riduzione della diuresi nelle 24 h, valori pressori superiori o inferiori alla norma, edemi declivi, dispnea e palpitazioni/tachicardia, aumento della temperatura corporea, sintomi riconducibili ad infezione delle vie urinarie)
- Compila scheda accesso se previsto dalla sorveglianza regionale
- Controlla l'assunzione dei liquidi effettuando, nei pazienti più critici, un bilancio idrico
- Valuta eventuale rimodulazione farmacologica
- Effettua richiesta di presidi, visita specialistica, attivazione CAD infermieristico
- In caso di peggioramento delle condizioni di salute:
  - Effettua richiesta urgente analisi cliniche e terapie tramite CAD
  - Programma trasferimento a RSA o ricovero ospedaliero

**Livello 3**

- Garantisce la continuità assistenziale attraverso un'adeguata comunicazione al medico sostituto delle informazioni relative ai pazienti a maggior rischio
- Ripete gli accessi Domiciliari (ADP) ai pazienti suscettibili in caso di persistenza dell'ondata di calore
- Rafforza il monitoraggio dei parametri biologici, dei sintomi precoci di patologie associate al caldo, del peggioramento di patologie preesistenti e dei sintomi aspecifici di disturbi associati al caldo (vedi livello 2)
- Compila scheda accesso se previsto dalla sorveglianza regionale
- Controlla l'assunzione dei liquidi effettuando, nei pazienti più critici, un bilancio idrico
- Valuta eventuale rimodulazione farmacologica
- Effettua richiesta di presidi, visita specialistica, attivazione CAD infermieristico
- In caso di peggioramento delle condizioni di salute:
  - Effettua richiesta urgente analisi cliniche e terapie tramite CAD
  - Programma trasferimento a RSA o ricovero ospedaliero
- Collabora con l'ospedale per eventuale dimissione ospedaliera protetta attivando assistenza domiciliare sanitaria, sociale o integrata

Figura 9. Il ruolo del MMG nella rete della prevenzione verso gli anziani suscettibili al caldo



temperatura **nelle aree di degenza e nelle zone destinate alla prolungata permanenza del pubblico** (sale di attesa di ambulatori e pronto soccorso).

Le principali misure strutturali per il controllo della temperatura sono:

- Schermatura/ombreggiamento:
  - delle superfici vetrate e/o trasparenti esposte a sud ed a sud ovest utilizzando tende e/o oscuranti esterni regolabili (persiane, veneziane non di materiale metallico)
  - dei tetti e delle coperture
- L'uso di rampicanti sulle facciate per ridurre l'assorbimento della radiazione solare
- L'uso di vetri doppi in grado di bloccare in maniera selettiva le radiazioni UV ed IR (isolamento termico).
- Assicurare che i reparti siano forniti di distributori per l'acqua potabile e garantire il rifornimento per tutto il periodo estivo.
- Ventilatori meccanici. **È da tenere presente che con temperature ambientali uguali o superiori a 35°C i ventilatori possono favorire il verificarsi di patologie da calore.**
- Condizionamento dell'aria. Rappresenta la più efficace misura di prevenzione ad oggi disponibile. **Si raccomanda, pertanto, di provvedere almeno alla climatizzazione degli ambienti di soggiorno e di vita comune dove gli ospiti/i pazienti possano trascorrere le ore più calde della giornata (ore 12-18).** Per le strutture del tutto sprovviste di impianti di climatizzazione, provvedere almeno alla climatizzazione dei reparti per i malati più gravi (es. reparti oncologici).

Durante l'estate è importante che l'informazione sull'allerta ondate di calore (accessibile tramite il sito web del Ministero della Salute o la [App Caldo e Salute](#)) sia diffusa a tutto il personale delle strutture sociali e sanitarie di ricovero e cura.

È importante individuare le caratteristiche dei pazienti ad alto rischio di disturbi associati al caldo, di cui occorre monitorare l'assunzione di liquidi e i parametri biologici in presenza di un'ondata di calore. Nelle RSA e strutture per anziani è importante verificare anche l'eventuale sussistenza di situazioni critiche, come, ad esempio, l'assenza di supporto familiare, e incrementare le visite mediche in caso di comparsa di sintomi dei disturbi associati al caldo.

### **2.10. Indicazioni per gli operatori di assistenza domiciliare e il personale delle associazioni di volontariato**

Gli operatori di assistenza domiciliare ed il personale delle associazioni di volontariato rappresentano una delle componenti rilevanti nell'ambito di un programma per la prevenzione degli effetti del caldo mirato ai sottogruppi di popolazione ad alto rischio, come riportato in tabella 1. Essi svolgono infatti un ruolo chiave nell'assistenza a gruppi di persone suscettibili quali anziani, disabili, soggetti affetti da disturbi mentali, malati cronici e persone sole e, in

particolare, nel rafforzamento reti sociali (e di vicinato) e negli interventi di "domiciliarità leggera" rivolti alla popolazione a maggior rischio.

Prima dell'estate è importante effettuare una formazione degli operatori sui rischi associati al caldo e sulle misure di prevenzione da attivare. L'operatore dell'assistenza domiciliare e delle associazioni di volontariato può svolgere anche l'importante compito di informare i pazienti o i loro familiari sui rischi e sui sintomi delle malattie associate al caldo (paragrafo 1.2), sulle principali strategie di prevenzione da adottare (paragrafo 2.5) e sui servizi socio-sanitari disponibili (App Caldo e Salute e [portale ministeriale](#)). Un altro aspetto importante è il monitoraggio degli ambienti domestici, seguendo le indicazioni dell'Allegato A.

Durante l'estate le associazioni di assistenza domiciliare dovrebbero contribuire a diffondere l'informazione sull'allerta ondate di calore agli operatori/volontari (tramite il [sito web del Ministero della Salute](#) o [la App Caldo e Salute](#)) e seguano le raccomandazioni per la prevenzione (es. sull'uso corretto del condizionatore, l'idratazione, la dieta, l'assunzione di medicinali) del paragrafo 2.5 e dell'Allegato A.

## ALLEGATO A

### COME PROTEGGERSI DAL CALDO IN CASA E AL LAVORO

---



- Trascorrere le ore più calde della giornata nella stanza più fresca della casa, bagnandosi spesso con acqua fresca
- Utilizzare schermature alle finestre esposte al sole diretto mediante tende o oscuranti esterni regolabili (per esempio persiane o veneziane).
- Aprire le finestre al mattino presto, la sera tardi e durante la notte per fare entrare l'aria fresca, e tenere chiuse le finestre di giorno per tutto il tempo in cui la temperatura esterna è più alta della temperatura interna all'appartamento.
- Usare il climatizzatore seguendo alcune precauzioni (vedi l'opuscolo [Come migliorare il microclima delle abitazioni](#)):
  - regolare la temperatura sui 24-26°C evitando di regolarla a valori troppo bassi rispetto alla temperatura esterna;
  - mantenere chiuse le finestre durante il funzionamento dei climatizzatori, utilizzando protezioni oscuranti alle finestre dei locali condizionati;
  - coprirsi se si deve passare da un'ambiente freddo ad uno più caldo;
  - evitare di utilizzare contemporaneamente il forno e altri elettrodomestici che producono calore;
  - effettuare una regolare manutenzione dei filtri.
- Evitare il ventilatore se le temperature superano i 32°C perché può aumentare il rischio di disidratazione.
- Nelle aree caratterizzate principalmente da un elevato tasso di umidità, senza valori particolarmente alti di temperatura, può essere sufficiente in alternativa al condizionatore l'uso del deumidificatore.
- Nel periodo estivo è inoltre buona regola fare attenzione alla corretta conservazione dei farmaci, tenendoli lontani da fonti di calore e, in condizioni di caldo estremo, conservando in frigorifero i farmaci che prevedono una temperatura di conservazione non superiore ai 25°-30°C.

Consultare anche l'opuscolo [ESTATE SICURA COME VINCERE IL CALDO - Consigli alla popolazione per affrontare le ondate di calore](#).

---

## COME PROTEGGERSI DAL CALDO FUORI CASA

---



- Evitare l'esposizione diretta al sole nelle ore più calde della giornata (tra le 11.00 e le 18.00).
  - Evitare le zone particolarmente trafficate, ma anche i parchi e le aree verdi, dove si registrano alti valori di ozono.
  - Praticare l'attività fisica intensa all'aria aperta durante le ore più fresche (al mattino presto e alla sera) e aumentare l'idratazione
  - 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).
  - Trascorrere alcune ore in un luogo pubblico climatizzato, in particolare le ore più calde della giornata.
  - Evitare le zone particolarmente trafficate, ma anche i parchi e le aree verdi, dove si registrano alti valori di ozono.
-

## IN CASO DI VIAGGI

---



- Preparare e portare con sé tessera sanitaria e tessera dell'eventuale esenzione. La nuova tessera sanitaria consente al cittadino in temporaneo soggiorno all'estero, di ricevere in un altro Stato Europeo, le cure necessarie.
- Sintesi della propria storia clinica e della terapia farmacologica rilasciata dal medico curante.
- Lista degli eventuali alimenti o farmaci ai quali si è allergici o intolleranti.

## IN AUTO

- Non lasciare mai persone o animali, anche se per poco tempo, nella macchina parcheggiata al sole.
- Se si entra in un'autovettura che è rimasta parcheggiata al sole, per prima cosa aprire gli sportelli per ventilare l'abitacolo e poi, iniziare il viaggio con i finestrini aperti o utilizzare il sistema di climatizzazione dell'auto per abbassare la temperatura interna Usare tendine parasole.
- Attenzione anche ai seggiolini di sicurezza per i bambini: prima di sistemarli sul sedile verificare che non sia surriscaldato.
- Se l'auto non è climatizzata evita di metterti in viaggio nelle ore più calde della giornata (ore 11.00-18.00).
- Se l'automobile è dotata di un impianto di climatizzazione, regolare la temperatura in modo che ci sia una differenza non superiore ai 5°C tra l'interno e l'esterno dell'abitacolo. Evitare di orientare le bocchette della climatizzazione direttamente sui passeggeri.
- Prima di mettersi in viaggio, aggiornarsi sulla situazione del traffico, per evitare lunghe code sotto il sole, e sistemare in macchina una scorta d'acqua che può essere utile nel caso di code o file impreviste.
- Durante le soste evitare di mangiare troppo rapidamente, evitare pasti pesanti e, soprattutto, bevande alcoliche.
- Non lasciare farmaci in auto soprattutto d'estate. Quando si viaggia evitare di riporre i farmaci in valigia, che potrebbe restare esposta al sole o ad alte temperature, ma preferire il trasporto con bagaglio a mano.

Consultare anche l'opuscolo [Estate, viaggiare sicuri](#).

---

## CALDO E ALIMENTAZIONE



### **Anche in estate valgono le regole della sana alimentazione:**

- Bere, anche in assenza dello stimolo della sete, almeno due litri di acqua al giorno, salvo diverso parere del medico (Un'eccezione è rappresentata dalle persone che soffrono di epilessia o malattie del cuore, rene o fegato, o che hanno problemi di ritenzione idrica, che devono consultare il medico prima di aumentare l'assunzione di liquidi).
- 5 porzioni di frutta e verdura, colazione adeguata, variando gli alimenti anche nei colori. Il colore degli alimenti è dato dalle sostanze ad azione antiossidante (vitamine, polifenoli ecc): più si variano i colori, più completa è la loro assunzione.
- Evitare pasti abbondanti e cibi molto grassi. Privilegiare cibi freschi, facilmente digeribili e ricchi in acqua e completare il pasto con la frutta.
- Moderare l'assunzione di bevande gassate e zuccherate, ricche di calorie
- Evitare gli alcolici e limitare l'assunzione di bevande che contengono caffeina (caffè, tè nero etc.)
- Evitare cibi e bevande troppo fredde
- Eccetto i casi di necessità, nella stagione estiva va limitato il consumo di acque oligominerali, così come l'assunzione non controllata di integratori di sali minerali (che deve essere sempre consigliata dal medico curante).

### **Per ridurre il rischio di contaminazione degli alimenti e di gastroenteriti e intossicazioni alimentari:**

- Evitare di lasciare cibi deperibili (es. cibi cotti, insalate condite, latte, latticini, dolci a base di crema, carne, pesce etc.) a temperatura ambiente per più di due ore, ma conservarli in frigorifero
- Nel riporre gli alimenti nel frigo fare attenzione a proteggere ogni prodotto da possibili contatti con altri alimenti, ad esempio si deve evitare di tenere il pesce insieme alle carni
- Conservare preferibilmente i cibi cotti in compartimenti separati e lontani dai cibi crudi; è buona prassi riporre gli alimenti in appositi contenitori
- Ricordare che i cibi scongelati non possono essere ricongelati
- Lavare con cura frutta e verdure (specialmente quelle che si consumano crude), facendo attenzione che non vengano a contatto con altri alimenti o con piani di lavoro sporchi per evitare il rischio di contaminazione crociata
- Ricordare che cibi conservati a lungo in frigorifero rischiano un peggioramento nutrizionale e/o una contaminazione da microrganismi.

Consultare anche l'opuscolo [Estate sicura - Alimenti e caldo](#) e l'opuscolo [Decalogo alimentazione estate 2012](#).

## A CHI RIVOLGERSI IN CASO DI BISOGNO?



- Il medico di famiglia è la prima persona da consultare, perché è certamente colui che conosce meglio le condizioni di salute, le malattie preesistenti, la posologia e il tipo di farmaci assunti dai suoi assistiti.
- Durante le ore notturne o nei giorni festivi ci si può rivolgere al Servizio di guardia medica (Servizio di continuità assistenziale) del territorio di residenza, attivo tutti i giorni feriali dalle ore 20 di sera fino alle ore 8 del mattino successivo. Il sabato e la domenica il servizio è sempre attivo, fino alle ore 8 del lunedì mattina. Inoltre, in tutte le festività diverse dalla domenica, il servizio funziona ininterrottamente a partire dalle ore 10 del giorno prefestivo, fino alle ore 8 del primo giorno non festivo.
- Nel caso di un malore improvviso o in presenza di condizioni che fanno temere un serio pericolo per la vita, attivare immediatamente il servizio di Emergenza sanitaria, chiamando il 118. Prendere la temperatura corporea della persona. Se possibile, trasportare la persona in un luogo fresco e ventilato. Cercare di raffreddare il corpo più velocemente possibile, avvolgendolo in un lenzuolo bagnato e ventilandolo per creare una corrente d'aria o, in alternativa, schizzando acqua fresca, non fredda, sul corpo. Fare bere molti liquidi. Non somministrare farmaci antipiretici (per esempio aspirina o tachipirina).
- Molti Comuni attivano call center per assistenza e servizi di telemonitoraggio o telecontrollo. Informati tramite la [App Caldo e Salute](#) o sul sito [www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it).