

COMUNICATO n. 2416 del 18/08/2023

Caldo, allerta ordinaria (gialla) della Protezione Civile

Il Dipartimento Protezione civile, foreste e fauna della Provincia ha emesso un avviso di allerta ordinaria (gialla) valido da domani, sabato 19 agosto 2023 alle ore 24:00 di mercoledì 23 agosto 2023, per temperature elevate nei fondovalle più bassi. Nei prossimi giorni ed almeno fino a mercoledì prossimo l'Europa sudoccidentale ed anche le Alpi saranno infatti interessate da un robusto anticiclone che determinerà bassissima probabilità di precipitazione e temperature sopra la media a tutte le quote. La quota dello zero termico è prevista vicina ai 5000 m e le temperature al suolo risulteranno molto sopra la media del periodo, soprattutto nei valori massimi. Nei fondovalle più bassi, già da domani ma soprattutto da domenica a martedì, le temperature massime potranno raggiungere o localmente superare i 35 - 37 °C mentre le minime saranno superiori a 20 °C (notti tropicali).

A seguito delle previsioni meteo ed in base alle valutazioni effettuate, si ritengono possibili, a partire da domani, sabato 19 agosto 2023, criticità dovute principalmente a sintomi di “allarme” di disidratazione e di colpo di calore, quali: disorientamento e stato confusionale, nausea e vomito, sonnolenza anche profonda, intolleranza alla luce, abbassamento della pressione arteriosa, secchezza della pelle e della lingua. Si comunica alla popolazione, in particolare quella anziana, di assumere i principali consigli di comportamento previsti nel decalogo contenuto nel Piano caldo anziani e adulti fragili/vulnerabili dell'Assessorato alla Salute, politiche sociali, disabilità e famiglia della Provincia autonoma di Trento. Di seguito sono riportati i principali consigli di comportamento:

- bere molta acqua (almeno 10 bicchieri al giorno) o altre bevande a temperatura ambiente, anche se non si ha sete;
- fare pasti leggeri, scegliendo cibi ricchi di acqua e sali minerali come frutta, verdura, minestre e minestrone non troppo caldi e cibi privi di grassi come la pasta, il pesce, invece che la carne e i formaggi. Anche il gelato è concesso, ma quello alla frutta;
- se viene fame tra un pasto e l'altro, mangiare frutta, ricca di acqua e sali minerali;
- ridurre l'attività fisica;
- fare attenzione ai condizionatori: sono utili ma è bene non creare uno sbalzo di temperatura troppo elevato. Bene, invece, il deumidificatore;
- nelle abitazioni, oscurare le finestre orientate verso il sole nelle ore diurne e tenerle aperte durante la notte;
- sono di aiuto bagni, docce e, se la persona è immobilizzata a letto o in carrozzina, spugnature;
- fare attenzione all'abbigliamento (la persona anziana in genere ha la tendenza a “coprirsi” troppo): preferire vestiario ampio che non ostacoli la traspirazione, di colore chiaro, di cotone o di lino;
- coprirsi il capo all'esterno e usare gli occhiali da sole.

In caso di necessità viene raccomandato di rivolgersi al medico di base o a un suo sostituto o al servizio di continuità assistenziale, pubblico e gratuito, attivo ogni sera dalle 20.00 alle 8.00 del mattino seguente, i sabati, le domeniche e i prefestivi dopo le ore 10.00.

Si ricorda infine di comunicare tempestivamente al numero unico 112 eventuali situazioni di emergenza (per chiunque si trovi sul territorio dei cinque Comuni del Primiero contattare il numero verde di emergenza 800 112000).

In allegato il Decalogo

()