



Comune di Bologna



Benessere  
è Bologna

PG 186412  
DEL 31.05.2016

Bologna, giugno 2016

Gentile cittadina/o,

come Lei sa, durante l'estate possono presentarsi condizioni climatiche che spesso hanno un effetto negativo sulla salute per le persone anziane, le cosiddette ondate di calore.

Per ridurre il più possibile i rischi connessi a queste situazioni, l'Amministrazione Comunale ha deciso di creare 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 e l'ARPAE (Agenzia regionale prevenzione, ambiente ed energia).

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

- Socializzazione 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 8.30 - 18.00 e il sabato 8.30 - 13.00, è a disposizione

## **IL NUMERO VERDE GRATUITO 800562110**

con il quale è possibile **chiedere informazioni e suggerimenti** su come comportarsi per far fronte alle ondate di calore e sulle risorse offerte dalle strutture pubbliche e dal volontariato per aiutare gli anziani.



Comune di Bologna

Infine, le ricordo 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 in generale le 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.

Particolare attenzione va prestata nei confronti dei bambini molto piccoli, degli anziani con patologie croniche (ad esempio i diabetici che devono assumere insulina o i soggetti con scompenso cardiaco), di chi ha difficoltà ad orientarsi nel tempo e nello spazio e delle persone non autosufficienti. Attenzione anche per gli anziani che vivono da soli e le persone che lavorano all'aperto o in ambienti in cui c'è produzione di calore.

L'ondata di calore provoca vari disturbi, tra i quali la diminuzione della pressione del sangue, dando luogo ad 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, ed in particolare il numero telefonico gratuito, sono sempre a sua disposizione per ogni esigenza di informazioni o di richiesta di supporto.

Con l'augurio di una buona estate.

Amelia FRASCAROLI  
ASSESSORE

Servizi sociali, volontariato,  
Associazionismo e partecipazione,  
Sussidiarietà e Politiche attive per l'occupazione

Luca RIZZO NERVO  
ASSESSORE

Sanità, Integrazione socio-sanitaria,  
Sport, Coordinamento e Riforma  
dei Quartieri, Cittadinanza Attiva