



COMUNE DI PETRALIA SOPRANA

Città Metropolitana di Palermo

UFFICIO TECNICO – Centro Operativo Comunale

Piazza Del Popolo Tel. 0921.684123 - 684135 Cell. 338.8886943

EMAIL: utc@comune.petraliasoprana.pa.it PEC: protocollo.petraliasoprana@sicurezzapostale.it

Sito internet <http://www.comune.petraliasoprana.pa.it>



NORME DI COMPORTAMENTO IN CASO DI ALLERTA: ONDATA DI CALORE MASSIMO LIVELLO DI RISCHIO PARI A 3 DEL BOLLETTINO DELLE ONDATE DI CALORE

Generalità: le ondate di calore si verificano quando si registrano temperature molto elevate per più giorni consecutivi, spesso associate a tassi elevati di umidità, forte irraggiamento solare e assenza di ventilazione.

Queste condizioni climatiche possono rappresentare un rischio per la salute della popolazione.

La prevenzione degli effetti negativi delle ondate di calore è possibile e ciò permette di mirare in maniera ottimale gli interventi preventivi verso le persone a rischio più elevato.

I soggetti maggiormente vulnerabili sono: anziani, bambini e neonati, malati cronici, non autosufficienti e coloro che svolgono una intensa attività all'aperto.

CONSIGLI UTILI:

- **AGGIORNATI** regolarmente sulle previsioni del tempo;
- **CONSULTA IL MEDICO DI FAMIGLIA;** Durante le ore notturne- dalle 20 alle 8 - e il sabato e la domenica chiama la guardia medica al seguente numero di telefono: 0921.641648. In caso di malore o di condizioni di pericolo per la vita chiama il 118;
- **CONSERVA** correttamente i farmaci nella loro confezione e lontano da fonti di calore. I farmaci che devono essere conservati ad una temperatura non superiore a 25-30° vanno riposti in frigorifero;
- **OCCUPATI** della salute dei familiari e dei vicini che possono avere bisogno di aiuto. Dedicare attenzione agli anziani soli, bambini piccoli e persone non autosufficienti;

COMPORAMENTI DA TENERE IN CASA O A LAVORO

- **ARIEGGIA** la casa durante le ore fresche, come la sera tardi e durante la notte per fare entrare l'aria fresca, dormi e soggiorna nelle stanze più fresche in assenza di condizionamento, evita correnti d'aria;
- **CHIUDI VETRI** e le persiane durante le ore calde del giorno e provvedi a schermare i vetri delle finestre con strutture come persiane, veneziane o almeno tende, per evitare il riscaldamento eccessivo dell'ambiente;
- **FISSA LA TEMPERATURA DEL CONDIZIONATORE tra 24 e 26 gradi** - Non indirizzare i ventilatori meccanici direttamente sulle persone, ma fai circolare l'aria in tutto l'ambiente;
- **FAI DOCCE** e bagni tiepidi, bagna viso e braccia con acqua fresca;
- **LIMITA** l'uso del forno, tende a riscaldare la casa e utilizzate gli altri elettrodomestici (lavatrice, ferro da stiro, lavapiatti, ecc..) durante le ore notturne;

COMPORAMENTI DA TENERE ALL'APERTO

- **ESCI** il mattino presto o la sera tardi, evita di uscire nelle ore calde, dalle 11 alle 18, e di fare esercizio fisico o svolgere lavoro intenso;
- **NON LASCIARE** in sosta l'automobile con persone o animali all'interno. Quando risali in auto apri gli sportelli e ventila l'abitacolo. Prima di sistemare i bambini nei seggiolini di sicurezza controlla che non siano surriscaldati;
- **INDOSSARE** abiti leggeri di cotone o lino, di colore chiaro non aderenti e privi di fibre sintetiche;
- **RIPARARSI** la testa dal sole con un cappello;
- **IN CASO DI CEFALEE** provocate da esposizione al sole, bagnarsi subito con acqua fresca per abbassare la temperatura ed andare in una zona fresca al riparo dal sole

COMPORAMENTO PER L' ALIMENTAZIONE

BEVI almeno 2 litri al giorno, anche in assenza di stimolo di sete. Evita bevande gassate o gelate e quelle alcoliche. Mangia frutta fresca e verdure. Consuma pasti leggeri e conserva gli alimenti deperibili (carne, latticini dolci con creme ecc.) in modo corretto;

Per ulteriori approfondimenti consultare il sito del Ministero della Salute al seguente indirizzo [web: www.salute.gov.it/caldo](http://www.salute.gov.it/caldo)

EMERGENZE

In caso di necessità di soccorso contattare il Centro Operativo Comunale di Protezione Civile al recapiti in intestazione.

Petralia Soprana 11 agosto 2021

Il Responsabile Protezione Civile Comunale
Geom. D'Alberti Alberto

Il Sindaco
Dott. Pietro Macaluso

