

## NUMERI UTILI

- Distretti XVII -XVIII  
06/68353506
- Distretti XIX - XX  
06/68352982
- [cantiereanziani@asl-rme.it](mailto:cantiereanziani@asl-rme.it)



Regione Lazio

# Estate in Salute

**PREVENZIONE DEGLI EFFETTI DELLE ONDATE DI CALORE  
SULLA SALUTE DEGLI ANZIANI A RISCHIO**

Opuscolo rivolto ai Medici di Medicina Generale

## Le ondate di calore

Le “ondate di calore” sono condizioni meteorologiche che si verificano durante la stagione estiva, caratterizzate da alte temperature, al di sopra dei valori usuali, che possono durare giorni o settimane.

Studi epidemiologici hanno evidenziato in concomitanza di tale fenomeno un incremento significativo della mortalità nella popolazione con età superiore ai 75 anni e residente nelle aree urbane.

L'effetto della temperatura elevata sulla mortalità si evidenzia entro 1-3 giorni dal verificarsi dell'innalzamento della temperatura stessa.

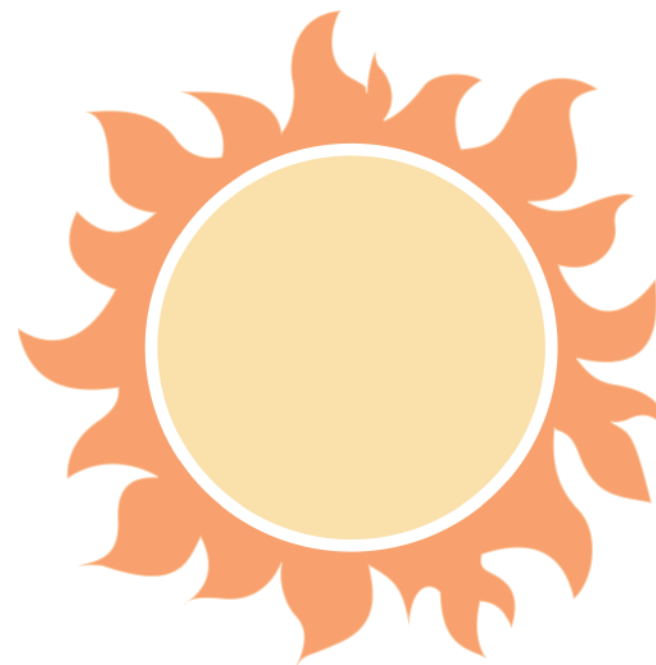
Le prime ondate di calore della stagione estiva producono il maggiore impatto sulla mortalità.

## Sistema di previsione e allarme per la città di Roma

Nel periodo estivo, giornalmente, il Centro Nazionale di Meteorologia e Climatologia dell'Aeronautica Militare invia, entro le ore 9.00, le previsioni meteorologiche per le successive 72 ore al Centro di Competenza Nazionale (CCN - Dipartimento di Epidemiologia della ASL RM E) del Dipartimento della Protezione Civile per la prevenzione degli effetti del caldo.

In occasione di un'ondata di calore quando visiti un anziano ricorda di:

- Valutare lo stato di idratazione
- Verificare l'eventuale ipotensione ortostatica
- Rivalutare il rapporto rischio-beneficio individuale per i farmaci che possono alterare l'adattamento dell'organismo al calore



## Cosa puoi fare ?

1. Informare i tuoi pazienti anziani e/o i familiari e/o il personale che li assiste (badante) sui rischi delle ondate di calore
2. Informare i tuoi pazienti anziani e/o i familiari e/o il personale che li assiste (badante) sulle strategie di prevenzione da adottare, servendoti anche degli opuscoli predisposti dalla ASL
3. Informare i tuoi pazienti anziani e/o i familiari e/o il personale che li assiste (badante) riguardo i segni/sintomi di allarme, alla comparsa dei quali è necessario che Tu sia contattato
4. Monitorare i tuoi pazienti anziani **a rischio**
5. Proporre ai tuoi pazienti anziani **a rischio** la visita a domicilio nelle giornate di **(Allarme/Emergenza)**
6. Istruire i tuoi pazienti anziani e/o i familiari e/o il personale che li assiste (badante) sulle misure da adottare per raffreddare l'organismo. E' preferibile il raffreddamento per evaporazione, che si ottiene bagnando il corpo ed esponendolo successivamente a flussi d'aria calda, non caldissima.

In base a tali dati il CCN elabora giornalmente, eccetto la domenica, un bollettino che contiene le previsioni e il livello di rischio per i 3 giorni successivi.

Sono identificati 4 livelli di rischio:

**livello 0:** nessun rischio

**livello 1 (Attenzione):** rischio basso per le successive 72 ore

**livello 2 (Allarme):** rischio elevato per le successive 48 ore e previsione di eccesso di eventi sanitari

**livello 3 (Emergenza):** condizioni di rischio elevato persistenti per 3 o più giorni consecutivi e previsione di eccesso di eventi sanitari

I MMG della ASL RM E saranno informati, dalla Direzione Sanitaria, via SMS, riguardo il livello di rischio, nei giorni di livello 1, 2 e 3, e riceveranno il "cessato allarme" il primo giorno di livello 0 successivo a giornate a rischio.

## Sono più suscettibili agli effetti del caldo gli anziani affetti da:

- Malattie cardiovascolari e cerebro-vasculopatie
- Malattie polmonari croniche
- Malattie delle ghiandole endocrine e degli elettroliti
- Disturbi psichici e malattie neurologiche
- Malattie del fegato
- Insufficienza renale

**Alcuni farmaci possono favorire o aggravare gli effetti del caldo**

per effetto sull'equilibrio elettrolitico	Diuretici, in particolare furosemide Lassativi
per effetto sulla funzione renale	FANS (compresi i salicilici a dosi > 500 mg/dì e gli inibitori della COX-2) Sulfamidici, aminoglicosidici Ace-inibitori Antagonisti dei recettori della angiotensina II Indinavir
per effetto sul metabolismo basale (aumento)	Ormoni tiroidei
per azione indiretta	Antipertensivi Antianginosi
farmaci il cui effetto è modificato da uno stato di disidratazione	Sali di litio Antiarritmici Digossina Antiepilettici Antidiabetici orali Ipocolesterolemizzanti (statine e fibrati)
farmaci che possono alterare la termoregolazione centrale	Neurolettici Agonisti serotoninergici

farmaci che possono alterare la termoregolazione periferica	Anticolinergici (per riduzione della sudorazione)  antidepressivi triciclici antistaminici H <sub>1</sub> alcuni antiparkinsoniani alcuni antispastici neurolettici compresi gli antipsicotici atipici disopiramide antiemcranici  Vasocostrittori periferici (per la limitazione della risposta vasodilatatrice)  Beta-bloccanti (per modifica della portata cardiaca)  Diuretici (per modifica della portata cardiaca)
---	--

**Alcuni esempi di aggravamento di patologie croniche preesistenti in corso di ondata di calore**

Patologia	Effetti
Broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO)	Rischio di scompenso Aumento del fabbisogno di O <sub>2</sub> in corso di terapia con O <sub>2</sub> Riacutizzazione bronchitica
Iperensione	Rischio di ipotensione Rischio di cadute
Scompenso cardiaco	Peggioramento dello scompenso
Diatesi trombotiche	Accresciuto rischio di trombosi
Insufficienza cerebrovascolare	Manifestazioni ischemiche acute e croniche
Insufficienza renale cronica	Peggioramento dell'insufficienza renale