



Arriva il caldo!

Vivere l'estate in sicurezza

*Vademecum per operatori di strutture per
anziani*

Questo breve manuale è rivolto agli operatori delle strutture residenziali per gli anziani.



sono raggiunte condizioni climatiche molto sfavorevoli per temperature e umidità elevate: in quell'occasione si è osservato, nel nostro paese, tra gli anziani, un drammatico aumento della mortalità, di richieste di intervento alle strutture di emergenza e del ricorso all'ospedalizzazione. In Francia si sono osservati gli effetti più gravi proprio tra gli anziani ospiti di istituti e strutture residenziali. Infatti, questi soggetti rappresentano un gruppo particolarmente fragile per l'età media molto avanzata, la rilevante perdita di autonomia e la presenza di più patologie che obbliga alla assunzione di molti farmaci. Questa fragilità, anche se controllata in un ambiente protetto come quello di una struttura residenziale, rappresenta un fattore di elevata suscettibilità verso condizioni meteorologiche estreme, che rende necessario l'effettuazione di controlli clinici routinari e l'adeguamento della climatizzazione degli ambienti dove stazionano questi pazienti.

!

Gli anziani non autosufficienti hanno un'età media molto avanzata, una rilevante perdita di autonomia e la contemporanea presenza di più patologie; ciò li rende particolarmente fragili alle variazioni climatiche.



I sintomi premonitori del rischio di un incipiente *“colpo di calore”*

Mal di testa

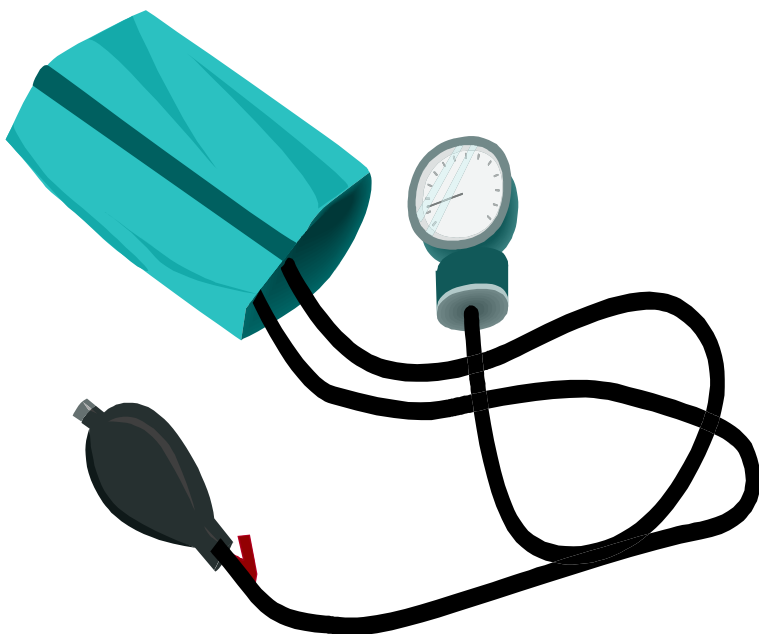
Vertigini

Nausea e vomito

Debolezza o crampi muscolari

Cute arrossata

Polso debole





Il colpo di calore non trattato può avere, come conseguenza, gravi danni cerebrali o morte.

Quali sono i pericoli delle ondate di calore

Non va dimenticato che *“il colpo di calore”* può avvenire senza la presenza dei sintomi premonitori. Necessita riconoscere quindi i sintomi veri e propri del colpo di calore onde poterli individuare precocemente e tempestivamente trattarli per evitare conseguenze molto

Sintomi caratteristici del

“colpo di calore”
Nelle persone anziane, la variazione climatica estrema porta un aggravamento delle patologie preesistenti, facendone precipitare il compromesso equilibrio biologico. Per questo motivo, in questi soggetti, è raro osservare il classico colpo di calore quanto piuttosto un repentino peggioramento delle condizioni generali.

Confusione e disorientamento

Convulsioni

Perdita di coscienza

Accelerazione del battito cardiaco

Persone “fragili”

alle

ondate di calore

con età maggiore di 75 anni

**con gravi malattie in fase acuta o malattie cronico
degenerative**

con problemi cardiaci

con diabete

con insufficienza respiratoria o renale

con malattia di Parkinson

con gravi malattie mentali





Prima dell'inizio della stagione estiva è opportuno prevedere interventi ambientali ed organizzativi

Azioni preventive

Interventi ambientali

Cercare, per quanto possibile, di oscurare le finestre (con tende, persiane, ecc.) e tutte le superfici vetrate delle camere dove vivono persone e degli spazi collettivi.

Identificare i locali più facili da mantenere freschi (orientamento a nord, ombre di alberi ecc.) e quelli meno gestibili climaticamente

Verificare il funzionamento degli impianti di climatizzazione

Assicurarsi della disponibilità di sufficienti locali con temperatura compresa tra 24° e 26° C

Installare termometri nei luoghi di soggiorno

In assenza di un impianto di climatizzazione garantire una ventilazione a pale a soffitto.

Interventi organizzativi

Definire un protocollo scritto, da attivare in caso di segnalazione dello stato di allerta termico o in presenza della combinazione di temperature e tasso di umidità elevati:

Tale protocollo deve prevedere anche la definizione di rapporti con reparti ospedalieri per acuti per la gestione delle emergenze



Identificare esplicitamente un referente interno per il coordinamento delle operazioni connesse al protocollo e dotare la struttura di un indirizzo e-mail per facilitare le comunicazioni in caso di emergenza

Identificare i collegamenti con le strutture sanitarie territoriali di emergenza e ospedaliere, da attivare in caso di necessità (percorsi privilegiati)

Pianificare momenti formativi, rivolti a tutto il personale

Disporre di un numero sufficiente di ventilatori, nebulizzatori e salviettine umide

Predisporre menù con pasti freddi ad alto contenuto di liquidi (frutta e verdura) e di frazionarne gli apporti.

Verificare le scorte di soluzioni per la reidratazione

Assicurare la distribuzione di bevande fresche in occasione di ondate di calore.

Interventi rivolti agli ospiti

Individuare i soggetti più a rischio e, se possibile, misurarne il peso corporeo (esso costituisce un semplice indicatore di monitoraggio)

Richiedere ai medici curanti di ciascun ospite informazioni individuali specifiche riguardo l'adattamento della terapia

Verificare che il vestiario disponibile sia adeguato (abiti in cotone, leggeri e ampi).



Azioni da intraprendere in previsione di una ondata di calore

Interventi organizzativi

Seguire l'evoluzione dei bollettini metereologici

Ricordare agli ospiti le regole base per proteggersi dal caldo

Verificare che tutti gli operatori abbiano una buona conoscenza del problema e delle misure da prendere per la protezione dai danni sulla salute del caldo

Contattare i medici curanti delle persone maggiormente a rischio per adattare il piano di cura e la terapia in corso (soprattutto per chi assume diuretici, antipertensivi, antidiabetici e psicofarmaci).

Interventi ambientali

Chiudere le finestre e le serrande delle facciate esposte al sole e mantenerle chiuse finché la temperatura esterna è superiore a quella interna per poi aprire gli infissi il più possibile e favorire il ricambio d'aria in tutto l'edificio

Annullare ogni programma di attività fisica o di uscite durante le ore più calde

Monitorare le temperature all'interno dell'edificio più volte al dì

Interventi rivolti agli ospiti

Monitorare temperatura e peso corporeo dei soggetti più a rischio

Rilevare quotidianamente pressione arteriosa e frequenza cardiaca,

Controllare lo stato di idratazione degli assistiti attraverso semplici segni clinici e controllo del bilancio idrico: secchezza delle mucose orali e della lingua, riduzione della diuresi, urine concentrate.



Programmare la distribuzione d'acqua a intervalli regolari, per assicurare l'assunzione di **almeno 2 litri di liquidi al giorno** in assenza di controindicazioni mediche, secondo le seguenti modalità:

soggetti capaci di bere da soli stimolarli e

organizzare la loro stessa sorveglianza

soggetti con necessità di un aiuto parziale o totale

organizzarne l'aiuto

soggetti con disturbi della deglutizione utilizzare

l'acqua in forma di ghiaccioli o in gel;

avvertire il medico qualora l'assunzione non

Integrare la dieta anche con minestre fredde, yogurt, e

doesse essere sufficiente, onde prevedere un'idratazione parenterale.

tisane a temperatura ambiente ed evitare bevande

contenenti caffeina, teina, eccitanti, zuccheri, alcol

o gassate

Condurre in una zona climatizzata tutti i residenti almeno

tre ore al giorno.

Far fare agli ospiti docce e bagni freschi





attenzione ai seguenti segni clinici

crampi

mal di testa

significativa spossatezza

sensazione di svenimento

Vertigini e disorientamento

modifiche del comportamento

disturbi del sonno

malessere generalizzato





Segni riconducibili

ad un

***!
malessere da calore***

Sete e mal di testa

Grande debolezza

Grande stanchezza

Modifica del comportamento abituale

Difficoltà insolita a muoversi

Stordimenti, vertigini, sincope

Alterazioni del livello di coscienza o convulsioni

Nausea, vomito, diarrea



Azioni da realizzare in presenza di malessere dovuto a calore

Far stendere la persona con le gambe sollevate, rilevare immediatamente la temperatura del corpo e monitorarla

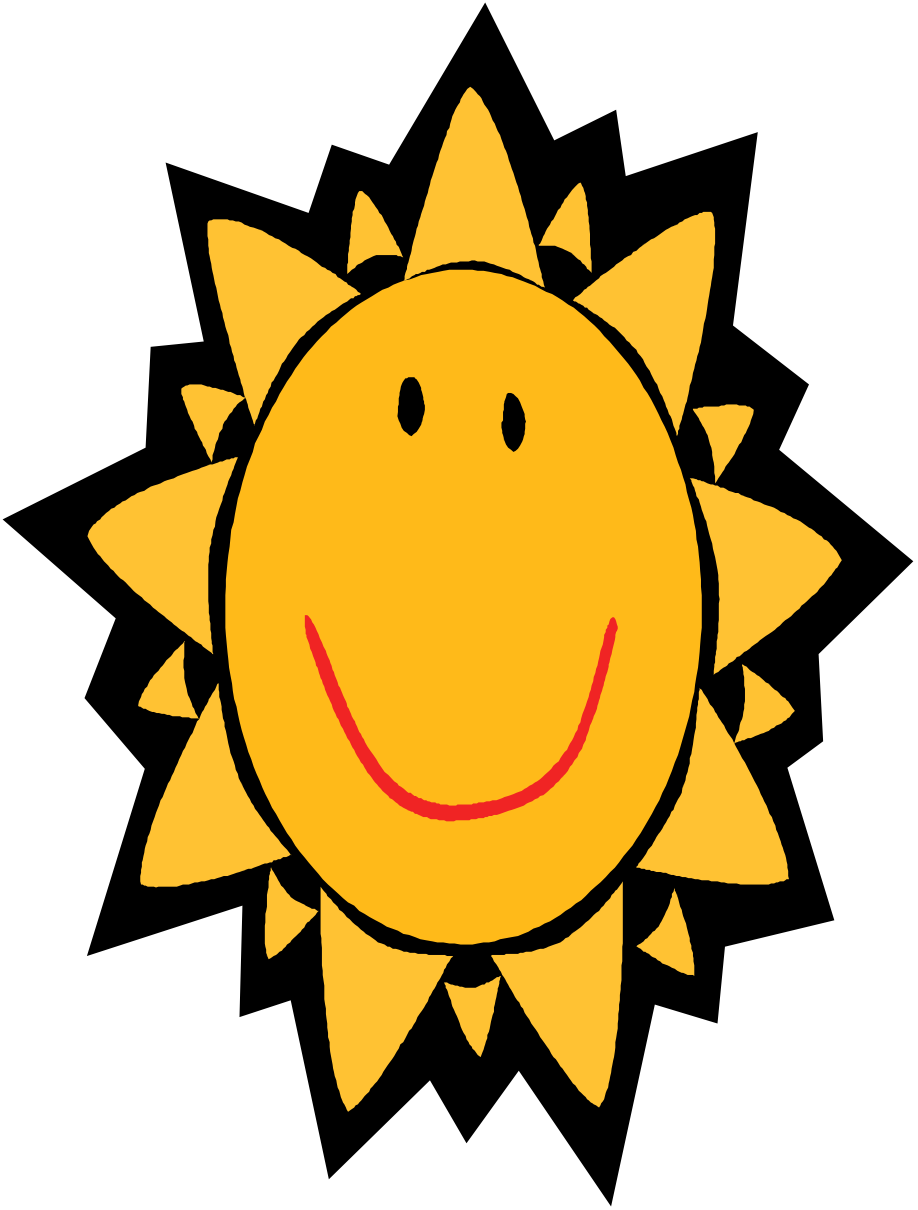
Se la temperatura del corpo è superiore a 39°C, cercare di abbassarla il più rapidamente possibile avvolgendo la persona con un accappatoio umido o facendole fare una doccia fresca o un bagno senza asciugarla

Arieggiare il più possibile i locali in cui soggiorna la persona o trasferirla in una zona della struttura che sia climatizzata

Se la persona è cosciente e lucida far bere acqua fresca
Non somministrare né aspirina né paracetamolo, se non si è prima consultato un medico

**Chiedere l'immediato intervento del medico curante,
Attivare il 118 in caso di compromissione delle funzioni vitali: assenza di coscienza e/o respiro e/o circolo.**





Farmaci che possono indurre o aggravare la severità di un colpo di calore

Farmaci che causano disordini dell'equilibrio elettrolitico e dell'idratazione

Diuretici, in particolare diuretici dell'ansa (furosemide) e ogni farmaco che causa diarrea o vomito (colchicina, antibiotici, codeina)

Farmaci che possono alterare la funzionalità renale

Fans (compresi i salicilici > 500 mg/die, i Fans classici e gli inibitori selettivi della Cox-2), ciclosporina, sulfamidici, indinavir

Farmaci che hanno un profilo cinetico con potenziale effetto sulla disidratazione

Sali di litio, diossina, antiepilettici, biguanidi e statine

Farmaci che aggravano gli effetti da calore attraverso abbassamento della pressione arteriosa

Tutti gli antiipertensivi e gli antianginosi

Farmaci che alterano la vigilanza

azione centrale

Neurolettici, agonisti, serotoninergici



Numeri utili in caso di emergenza

Pronto Soccorso P.O. "Muscatello" di Augusta 0931 989065
Pronto Soccorso P.O. di Lentini 0931 909533
Pronto Soccorso P.O. "Trigona" di Noto 0931 890235
Pronto Soccorso P.O. "Di Maria" di Avola 0931 582289
Pronto Soccorso P.O. "Umberto I" Siracusa 0931 724050

Guardia Medica di:

Belvedere	0931-712342	335 7731885
Buccheri	0931-873299	335 7732052
Buscemi	0931-878207	335 7732078
Canicattini Bagni	0931-945833	335 7733260
Cassaro	0931-877236	335 7733644
Cassibile	0931-718722	335 7731774
Ferla	0931-879090	335 7730812
Floridia	0931-942000	335 7731820
Palazzolo A.	0931-875633	335 7735980
Priolo G.	0931-768077	335 7735982
Siracusa	0931-484629	335 7735759
Solarino	0931-922311	335 7732459
Sortino	0931-954747	335 7735798
Augusta	0931-521277	335 7735777
Melilli	0931-955526	335 7735775
Villasmundo	0931-950278	320 4322864
Carlentini Centro	095-909985	335 7736287
Francofonte	095-7841659	335 7736502
Lentini	095-7838812	335 7734493

Pedagaggi	095-995075	335 7734589
Avola	0931-582288	335 7734590
Noto	0931-894781	335 7737418
Pachino	0931-801141	335 7736239
Portopalo	0931-842510	335 7736240
Rosolini	0931-858511	335 7736286
Testa dell'Acqua	0931-810110	335 7733259

Oppure chiama il 118

Presidi Territoriali di Emergenza P.T.E.





REGIONE SICILIANA
AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE 8
SIRACUSA

DIREZIONE SANITARIA
U.O. Educazione e Promozione
della Salute

