

## **Le ondate di caldo e la salute dei bambini**

**Informazioni tratte da «Come proteggersi dal caldo» 2007 dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) e dell'Ufficio federale dell'ambiente (UFAM)**

I lattanti e i bambini piccoli si adattano meno facilmente alle temperature elevate rispetto agli adulti. Durante le ondate di caldo necessitano dunque di particolare attenzione.

I bambini affetti da malattie cardiache, circolatorie, respiratorie o polmonari (per esempio asma) sono particolarmente sensibili alle ondate di caldo e ai valori elevati dell'ozono. Diarrea e patologie del sistema nervoso aumentano il pericolo di ipertermia e di disidratazione

### **Consigli per superare la canicola senza danni**

- § Mantenere freschi i locali, aerare soltanto al mattino presto e di notte.
- § Controllare regolarmente la temperatura di lattanti e bambini piccoli, se necessario rinfrescare delicatamente (doccia tiepida, panni umidi).
- § Bere abbondantemente (sollecitare i bambini a bere un bicchiere ogni ora).
- § Preparare cibi freschi e leggeri (quali meloni, cetrioli, frutta). Assumere sale in quantità sufficiente!
- § Bambini malati: la diarrea disidrata molto velocemente il corpo. Fare attenzione a sintomi quali spossamento, stanchezza, pelle e labbra secche. Meglio consultare un medico troppo presto, piuttosto che troppo tardi. Nel caso di bambini affetti da asma o altre malattie croniche vanno concordate misure particolari con il medico di famiglia.
- § I bambini non devono essere costretti tutto il giorno a casa neanche durante le canicole. Le attività impegnative e gli sport vanno svolte al mattino. Fare giocare i bambini nei boschi e nei parchi con tanti alberi, dove le temperature sono più sopportabili e i valori dell'ozono più bassi.
- § Non lasciare mai bambini incustoditi nelle automobili o in locali chiusi.
- § Nelle piscine aperte e in spiaggia proteggere i bambini dal calore e dalle radiazioni solari (vestiti, copricapo, ombra, crema solare).
- § Quale contributo per migliorare l'aria e i valori di ozono: nei giorni di canicola rinunciare all'automobile e al motorino.

**Ulteriori informazioni all'indirizzo [www.hitzewelle.ch](http://www.hitzewelle.ch)**

**(in francese e italiano: [www.canicule.ch](http://www.canicule.ch))**

## Studi sulla salute dei bambini

Sono disponibili numerosi studi che analizzano le conseguenze di gravi canicole sulla salute, numerosi dei quali provenienti dagli Stati Uniti. Anche la canicola del 2003 in Francia è stata accuratamente studiata. Alcune ricerche si sono occupate dei casi di malattia e decesso presso i bambini (1).

- Da uno studio sudafricano è emerso che durante la stagione calda la mortalità dei bambini d'età inferiore a un anno e degli anziani è più elevata (2). Altri studi hanno osservato un rischio maggiore soltanto tra gli anziani (1).
- Durante l'ondata di caldo del 2003 in Francia non vi è stato né un aumento dei decessi né delle ospedalizzazioni di lattanti e bambini. È aumentato tuttavia il numero di lattanti e bambini curati dai medici generalisti liberi professionisti (medici di famiglia) (3).
- Uno studio americano ha rilevato, con l'aumento della temperatura, un leggero incremento delle ospedalizzazioni di bambini d'età inferiore ai 5 anni (4).
- Secondo un'analisi americana, in caso di ondate di caldo i bambini piccoli sono maggiormente in pericolo, in particolare se affetti da malattie quali diarrea, infezioni delle vie respiratorie o patologie neurologiche (5)
- Non si dispone ancora di studi in questo campo riferiti alla Svizzera.

I risultati degli studi differiscono dunque in parte. Riassumendo, si può sicuramente affermare che durante le ondate di caldo i lattanti e i bambini, sebbene necessitino di una particolare attenzione, sono meno a rischio degli anziani.

## Bambini malati

Patologie del sistema cardio-vascolare, delle vie respiratorie o dei polmoni aumentano il rischio di ammalarsi o di morire in caso di grande calura (1). Ciò vale in modo particolare per gli anziani, anche se la capacità reattiva dei bambini malati è pure ridotta.

Diarrea, infezioni delle vie respiratorie e determinate patologie del sistema nervoso sono ulteriori malattie che incrementano il pericolo di ipertermia presso i bambini (5).

## Ozono e calura

La grande calura è quasi sempre accompagnata da valori dell'ozono elevati, dato che sotto l'influsso delle radiazioni solari gli inquinanti atmosferici prodotti dai gas di scarico delle automobili e dell'industria si trasformano in ozono. In primavera e in estate i valori limite sono sovente superati, soprattutto nelle agglomerazioni urbane.

L'ozono irrita le mucose (bruciore agli occhi, prurito in gola, pressione sul petto e dolori durante la respirazione profonda), può provocare infiammazioni delle vie respiratorie e dei polmoni, limitare temporaneamente la funzionalità polmonare, compromettere le prestazioni fisiche e causare problemi respiratori. Inoltre aumenta la reattività ad altri inquinanti atmosferici e ad allergeni quali i pollini e le muffe.

I bambini affetti da patologie respiratorie sono particolarmente a rischio. L'ozono può peggiorare un'asma già esistente. Anche i bambini piccoli soffrono per una cattiva qualità dell'aria, poiché le loro vie respiratorie sono particolarmente sensibili. In caso di difficoltà respiratorie o frequente tosse vi è il sospetto di asma e dunque va consultato il medico di famiglia.

Da uno studio effettuato in Belgio è emerso che le conseguenze negative della calura e dell'ozono si potenziano a vicenda (6). Ciò significa che più la temperatura è elevata, più forte è l'effetto nocivo dell'ozono sulla salute.

Ciononostante non è necessario rinchiudersi in casa durante i giorni di canicola: la Società svizzera dei responsabili della protezione dell'aria afferma sul suo sito Internet che una normale attività fisica non pone problemi per bambini sani. Ulteriori informazioni all'indirizzo: [www.ozon-info.ch](http://www.ozon-info.ch).

## È importante bere abbondantemente

In tempi di canicola i bambini devono assumere liquidi regolarmente e in quantità sufficiente. Non esistono regole chiare su tale quantità. La miglior soluzione è sollecitarli regolarmente (durante le ondate di caldo ogni ora) a bere un piccolo bicchiere, preferibilmente di bevande povere di calorie e prive di zuccheri. È opportuno abituare i bambini a bere con regolarità già prima del periodo più caldo.

## Colpi di calore e colpi di sole

Durante le canicole continua a succedere che bambini muoiano perché, lasciati, anche per breve tempo, in automobili chiuse, subiscono un colpo di calore. Il pericolo di un'insolazione o di un colpo di calore sussiste pure nelle piscine aperte o in spiaggia. Ovviamente bisogna pensare a proteggersi pure dalle radiazioni ultraviolette (UV) del sole, che danneggiano la pelle e causano, oltre ai colpi di sole, a lungo termine anche tumori cutanei. La pelle va protetta con i vestiti, un copricapo e la crema solare. Una protezione ancora più efficace la si ottiene rimanendo all'ombra, soprattutto durante le ore attorno a mezzogiorno. I danni causati dai raggi solari sono particolarmente pericolosi per i lattanti e i bambini piccoli. Ulteriori informazioni all'indirizzo: [www.uv-index.ch](http://www.uv-index.ch).

**Ulteriori informazioni all'indirizzo [www.hitzewelle.ch](http://www.hitzewelle.ch)  
(in francese e italiano: [www.canicule.ch](http://www.canicule.ch))**

## Bibliografia

1. Basu R, Samet JM, Epidemiol Rev 2002;24:190-202
2. Wyndham CA, Fellingham SA, S Afr Med J 1978; 53:1051
3. Pascal L et al., Institut de veille sanitaire (France), 2005
4. Kovats RS et al., Occup Environ Med 2004; 61:893-898
5. Jones TS et al., JAMA 1982; 247:3327
6. Sartor F et al., Environ Res 1995; 70:105

### **Die Partnerorganisationen des Programms "Schutz bei Hitzewelle" 2007 Les partenaires du programme « Que faire en cas de canicule? » 2007 Le organizzazioni partner del programma «Come proteggersi dalle ondate di caldo»**

Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz / Médecins en faveur de l'Environnement  
Berufsverband der KrippenleiterInnen  
Berufsverband Fachperson Betreuung Schweiz  
Curaviva, Verband Heime und Institutionen Schweiz / Association des homes et institutions sociales suisses  
ewb, Energie Wasser Bern  
FMH, Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte / Fédération des médecins suisses  
Gesundheitsdirektorenkonferenz  
H+, Die Spitäler der Schweiz / Les hôpitaux de Suisse  
Industrielle Betriebe Stadt Zürich  
INSOS Soziale Institutionen für Menschen mit Behinderung Schweiz / Institutions sociales suisses pour personnes handicapées  
IWB, Industrielle Werke der Stadt Basel  
Lungenliga Schweiz / Ligue pulmonaire suisse  
OEKU, Kirche und Umwelt / Eglise et environnement  
Pro Senectute  
Schweizerische Herzstiftung / Fondation suisse de cardiologie  
Schweizerischer Apothekerverband / Société suisse des pharmaciens  
Schweizerischer Berufsverband der Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner / Association suisse des infirmières et infirmiers  
Schweizerischer Drogistenverband / Association suisse des droguistes  
Schweizerischer Krippenverband / Association suisse des crèches  
Schweizerisches Rotes Kreuz mit seinen Kantonalverbänden / Croix-Rouge suisse avec ses associations cantonales  
Senesuisse, Schweizerischer Verband Privater Pflegeheime / Etablissements suisses médicalisés privés pour personnes âgées  
Spitex Verband Schweiz / Association suisse des services d'aide et de soins à domicile  
Verband Berner Pflege- & Betreuungszentren / Association bernoise des établissements médico-sociaux  
Vivica, Schweizerischer Berufsverband der HauspflegerInnen und HaushelferInnen in der Spitex / Association professionnelle Suisse des Aides familiales et Aides à domicile