



STATE OF NEW YORK | EXECUTIVE CHAMBER

ANDREW M. CUOMO | GOVERNOR

Per la diffusione immediata: 25 giugno 2013

IL GOVERNATORE CUOMO CONSIGLIA AI NEWYORKESI DI PROTEGGERSI DAL CALORE ECCESSIVO

Il calore eccessivo continua per molto nello Stato di New York

Il Governatore Andrew M. Cuomo ha esortato oggi i newyorkesi a prendere precauzioni poiché sono previste temperature elevate ed eccessivo calore in tutto lo Stato di New York.

“Mentre la temperatura aumenta, esorto i newyorkesi a prendere le dovute precauzioni per stare al sicuro, mentre ci si gode l'estate”, ha dichiarato il Governatore Cuomo. “Le previsioni meteo per i prossimi giorni prevedono che le temperature raggiungeranno i 90, e i newyorkesi devono essere consapevoli dei pericoli potenzialmente pericolosi dovuti all'eccessivo calore, e agire per proteggere se stessi e i loro cari”.

Con le temperature previste di '90 nei prossimi giorni, il Dipartimento della Salute dello Stato di New York (DOH) e la Divisione dello Stato di New York per i Servizi di Emergenza e Sicurezza Nazionali (DHSES) offrono ai newyorkesi consigli per aiutarvi a rimanere al sicuro.

Il calore eccessivo è la principale causa di decessi evitabili, legati al clima di ogni anno, in particolare tra gli anziani. Secondo i Centri per la Prevenzione e Controllo delle Malattie (CDC), il calore provoca più di 650 morti evitabili negli Stati Uniti ogni anno con 7.233 decessi legati al calore segnalati dal 1999 al 2009. Nella maggior parte degli anni, l'eccessivo calore provoca più morti che durante le inondazioni, fulmini, tornado, uragani messi insieme. Secondo l'Amministrazione nazionale per l'atmosfera e gli oceani e le previsioni meteorologiche del servizio nazionale, nel corso degli ultimi tre anni nello Stato di New York, ci sono stati un totale di 31 decessi direttamente attribuibili a fonti di calore.

“La combinazione di calore e umidità eccessivi può causare condizioni di salute pericolose in tutta New York e creare situazioni di pericolo di vita, soprattutto per i più anziani, neonati e bambini piccoli, e le persone che partecipano ad attività all'aria aperta”, ha dichiarato il Commissario per la Salute di Stato, Nirav R. Shah, Dottore in Medicina, Master in Salute Pubblica “E' importante che tutti i newyorkesi siano informati sui segnali e i sintomi delle malattie legate al caldo, prendere le opportune precauzioni, e sappiano cosa fare se loro o qualcuno che incontrano, si trova di fronte a problemi di salute a causa del calore estremo”.

Italian

“Ci sono semplici precauzioni che possono essere adottate per mantenere il fresco durante le ondate di calore, come bere molti liquidi, indossare abiti di colore chiaro e rimanere in un ambiente climatizzato”, ha dichiarato il Commissario del DHSES Jerome M. Hauer. “E' anche importante controllare i vostri cari e vicini, in particolare quelli che potrebbero essere a rischio”.

Per aiutare i newyorkesi a stare al sicuro durante il calore eccessivo, il DOH e il DHSES offrono questo consiglio:

- Ridurre al minimo, se possibile, le attività faticose e l'esercizio fisico, soprattutto nelle ore di punta del sole dalle 11:00 alle 16:00
- Fare allenamenti durante le prime ore del mattino o la sera, quando le temperature tendono ad essere più basse.
- Bere almeno 2-4 bicchieri di acqua ogni ora durante il caldo estremo, anche se non si ha sete. Evitare le bevande che contengono alcool o caffeina.
- Se possibile, rimanere lontano dal sole e cercare le postazioni con aria condizionata. Il sole riscalda il nucleo interno del vostro corpo, il che può causare disidratazione. Se l'aria condizionata non è disponibile, rimanere al piano più basso, lontano dal sole, o andare in un edificio con aria condizionata (come biblioteche, centri commerciali, supermercati, o case di amici).
- Se si deve andare all'aperto, indossare la protezione solare con un alto fattore di protezione (SPF) di almeno 15 e un cappello per proteggere il viso e la testa. Quando si è all'aperto, indossare abiti larghi, leggeri e di colore chiaro. Coprire la pelle il più possibile per evitare scottature ed effetti di sovrariscaldamento della luce del sole sul corpo.
- Non lasciare mai i bambini, animali domestici o coloro che richiedono particolare attenzione in un'auto parcheggiata o altri veicoli durante i periodi di intenso caldo estivo. Le temperature all'interno di un veicolo chiuso possono raggiungere oltre 140 gradi Fahrenheit rapidamente. L'esposizione a temperature così elevate può uccidere nel giro di pochi minuti.
- Fare in modo di controllare i vostri vicini durante un'ondata di caldo, in particolare gli anziani, neonati e bambini piccoli, o altri con bisogni speciali.
- Assicurarsi che ci sia abbastanza acqua e cibo per gli animali e limitare il loro movimento durante i periodi di temperature estreme.

PERSONE A RISCHIO MAGGIORE

- Anziani, neonati e i bambini piccoli. Persone con problemi di peso o alcol. Persone che assumono determinati farmaci o droghe.

PERICOLI PER LA SALUTE DOVUTI AL CALORE

Colpo di calore: Conosciuto anche come colpo di sole, il colpo di calore può essere letale. La temperatura corporea può aumentare e causare danni al cervello, può causare la morte se l'individuo non viene raffreddato rapidamente. I sintomi includono caldo, rossore, e pelle secca; cambiamenti di stato di coscienza, polso debole o accelerato, la respirazione superficiale. Un bagno freddo o una spugna possono fornire sollievo e abbassare la temperatura corporea.

Esaurimento da calore: Mentre è meno pericoloso di un colpo di calore, l'esaurimento da calore pone dei problemi di salute e più spesso si verifica quando le persone fanno un allenamento troppo pesante o lavorano in luoghi caldi, umidi, dove i fluidi corporei sono insufficienti. I sintomi includono pelle fredda, umida, pallida o pelle arrossata, forte sudorazione, cefalea, nausea o vomito, vertigini e stanchezza. In caso di sintomi, portare la vittima lontano dal sole e applicare panni bagnati e freschi.

Scottatura: la scottatura rallenta la capacità della pelle di raffreddarsi. I sintomi includono arrossamento e dolore, nei casi più gravi possono verificarsi gonfiore della pelle, vesciche, febbre e mal di testa. Gli unguenti possono essere un sollievo per il dolore nei casi lievi. Un medico dovrebbe esaminare i casi gravi. Per proteggersi, indossare la protezione solare con un fattore di protezione alto (SPF) di almeno 15. Applicare nuovamente la protezione solare dopo periodi di forte sudorazione o di nuoto.

Crampi da calore: i crampi da calore e gli spasmi sono spesso causati da pesanti sforzi. La perdita di acqua e sale per la sudorazione provoca dei crampi. I sintomi sono dolori addominali e al muscolo della gamba. Si può procurare sollievo facendo una decisa pressione sui muscoli con crampi, o massaggi dolci per alleviare i crampi. Ricordatevi di idratare spesso durante l'attività fisica o il lavoro all'aperto.

Infiammazione cutanea: Irritazione della pelle che sembra un grappolo rosso di brufoli o piccole vesciche. Provare a spostare la persona in un luogo fresco, mantenere la zona interessata asciutta, e usare il talco in polvere per un maggiore sollievo.

USARE L'ENERGIA IN MODO INTELLIGENTE

- Le interruzioni di corrente con più probabilità possono verificarsi durante la stagione calda, quando l'utilizzo della rete è al suo apice. Per evitare di mettere a dura prova la rete elettrica, conservare l'energia per aiutare a prevenire le interruzioni di corrente.
- Impostare il termostato del condizionatore d'aria non inferiore a 78 gradi.
- Utilizzare solo il condizionatore d'aria solo quando si è a casa.
- Spegnerne gli apparecchi non necessari. Usare solo apparecchi che hanno carichi elettrici pesanti al mattino presto o molto tardi la sera.

Per maggiori informazioni, andare su:

<http://www.health.ny.gov/environmental/emergency/weather/hot>, or
<http://www.dhSES.ny.gov/oem/safety-info/publicsafety/heataware.cfm>

###

Ulteriori notizie sono disponibili sul sito www.governor.ny.gov
Stato di New York | Executive Chamber | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418