



Per la diffusione immediata: 28/07/2015 IL GOVERNATORE ANDREW M. CUOMO

IL GOVERNATORE CUOMO INVITA I NEWYORKESI A RIMANERE AL SICURO DAL CALORE ESTIVO

Oggi il Governatore Andrew M. Cuomo ha sollecitato i newyorkesi a prendere precauzioni poiché questa settimana sono previste temperature e umidità elevate in tutto lo Stato di New York. Nei prossimi giorni, sono previste temperature superiori a 90 °F (circa 32 °C) nei quartieri di tutto lo Stato.

“È previsto un aumento significativo delle temperature in tutto lo Stato questa settimana ed è importante che i newyorkesi prendano le opportune precauzioni” ha affermato il Governatore Cuomo. “Invito tutti a rimanere in casa quando possibile, a mantenersi idratati e a verificare la presenza di vicini che potrebbero necessitare assistenza. Insieme possiamo assicurarci che siano tutti al sicuro durante questo periodo di calore estremo”.

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 il controllo delle malattie (CDC), il calore provoca più di 650 morti evitabili negli Stati Uniti ogni anno. Nella maggior parte degli anni, l'eccessivo calore provoca più morti che le inondazioni, i fulmini, i tornado e gli uragani messi insieme. Secondo l'Amministrazione nazionale per l'atmosfera e gli oceani e le previsioni meteorologiche del servizio nazionale, dal 2006 nello Stato di New York, ci sono stati più di 80 decessi direttamente attribuibili al calore.

Date le elevate temperature previste 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 aiutarli a rimanere al sicuro.

“Sebbene il calore e l'umidità eccessivi possano sembrare condizioni normali durante il periodo estivo, è necessario che siano presi in considerazione molto seriamente, in particolare per gli individui più anziani, i neonati e i bambini piccoli, nonché per coloro che partecipano ad attività all'aperto” ha affermato il Commissario DOH, il Dr. Howard Zucker. “Siate consapevoli dei segni e dei sintomi delle malattie legate al caldo in modo da sapere come comportarvi nel caso in cui voi stessi o qualcuno di conosciuto manifesti problemi di salute legati al caldo”.

“È possibile assumere precauzioni di base per rimanere al fresco durante i periodi caldi, ad esempio indossando vestiti di colore chiaro, bevendo molti liquidi e restando in un ambiente climatizzato” ha affermato il Commissario DHSES John Melville. “Inoltre, verificate la presenza di vicini e amici o familiari che potrebbero essere a rischio”.

Per aiutare i newyorkesi a restare al sicuro durante il calore eccessivo, il DOH e il DHSES offrono i seguenti consigli:

- Ridurre al minimo, se possibile, le attività faticose e l'esercizio fisico, soprattutto nelle ore di punta del sole dalle 11:00 alle 16.
- Fare allenamenti durante le prime ore del mattino o la sera, quando le temperature tendono a 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 alcol o caffeina.
- Se possibile, rimanere lontano dal sole e cercare postazioni con aria condizionata. Il sole riscalda anche le parti più interne 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 (ad esempio, biblioteche, centri commerciali, supermercati o case di amici).
- Se si deve andare all'aperto, applicare la protezione solare con un alto fattore di protezione (SPF) di almeno 15 e indossare 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 bambini, animali domestici o individui che richiedono particolare attenzione in un'automobile parcheggiata o in altri veicoli durante i periodi di intenso caldo estivo. Le temperature all'interno di un veicolo chiuso possono raggiungere rapidamente oltre 140 gradi Fahrenheit (60 °C). L'esposizione a temperature così elevate può uccidere nel giro di pochi minuti.
- Fare in modo di controllare i propri vicini durante le ondate di caldo, in particolare anziani, neonati e bambini piccoli o altri individui con esigenze speciali.
- Assicurarci che ci sia abbastanza acqua e cibo per gli animali e limitare il loro movimento durante i periodi di temperature estreme.

Gli individui che spesso presentano un rischio maggiore durante i periodi di calore eccessivo includono:

- Anziani, neonati e 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, pelle secca, cambiamenti di stato di coscienza, polso debole o accelerato e respirazione superficiale. Un bagno freddo o una spugna possono fornire sollievo e abbassare la temperatura corporea.

Esaurimento da calore: Sebbene sia meno pericoloso di un colpo di calore, l'esaurimento da calore causa problemi di salute e si verifica più spesso quando le persone effettuano un allenamento troppo pesante o lavorano in luoghi caldi, umidi, dove i fluidi corporei vengono dispersi. I sintomi includono pelle fredda, umida, pallida o arrossata, forte sudorazione, cefalea, nausea o vomito, vertigini e senso di 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 costituire un sollievo per il dolore nei casi lievi. Un medico dovrebbe esaminare i casi gravi. Per proteggersi, applicare 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 e gli spasmi da calore sono spesso causati da sforzi pesanti. La perdita di acqua e sale per la sudorazione provoca i crampi. I sintomi sono dolori addominali e ai muscoli delle gambe. Si può procurare sollievo applicando una decisa pressione sui muscoli con crampi o con massaggi dolci per alleviare i crampi. Ricordare di idratarsi spesso durante l'attività fisica o il lavoro all'aperto.

Infiammazione cutanea: Irritazione della pelle che assomiglia a 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 possono verificarsi con più probabilità 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.
- Non impostare il termostato del condizionatore d'aria a una temperatura inferiore a 78 °F (25,5 °C).
- Utilizzare il condizionatore d'aria solo quando si è in casa.
- Spegnerne gli apparecchi non necessari. Usare gli apparecchi con carichi elettrici pesanti solo al mattino presto o molto tardi la sera.

Per ulteriori informazioni, visitare la pagina:

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

Per informazioni su New York City, inclusi i centri con aria condizionata della città, visitare la pagina:

http://www.nyc.gov/html/oem/html/get_prepared/beat_the_heat/beattheheat.html.

Per trovare centri con aria condizionata in una specifica contea, visitare la pagina:
<http://www.nyscho.org/i4a/pages/index.cfm?pageid=3713>.

###

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