PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 9 - numero 1637 di lunedì 29 gennaio 2007

Igiene e sicurezza nelle palestre

Dal Ministero della salute una guida al mantenimento di buone condizioni igienico-sanitarie per quelle discipline sportive che si svolgono in ambienti confinati. I consigli per gli utenti.

Pubblicità

L'Istituto Superiore di Sanità, nel suo ultimo Notiziario, ha pubblicato un approfondimento in cui sono analizzate quelle discipline sportive che si svolgono in ambienti confinati, in cui un ampio spettro di fattori, anche tra loro interagenti, concorre a determinare le condizioni igienico-ambientali delle strutture e la salute degli atleti.
Per il mantenimento di buone condizioni igienico-sanitarie in questi ambienti se, da una parte, è fondamentale la divulgazione di regole comportamentali e princìpi educativi, dall'altra, è anche utile l'applicazione di semplici norme di buon senso a garanzia dell'igiene e della sicurezza.

Il decalogo generale di norme per l'igiene e la sicurezza dei fruitori delle palestre potrebbe così sintetizzarsi:
? evitare il contatto diretto con le superfici degli attrezzi ginnici e delle panche degli spogliatoi, piuttosto munirsi di teli o tappetini a uso personale;
? nell'uso dei servizi igienici evitare il contatto diretto con la superficie dei sanitari e utilizzare

scarpe idonee nelle docce;
? indossare indumenti di cotone che consentano una buona traspirazione e che minimizzino

fenomeni di macerazione cutanea;
? al termine dell'attività fisica, lavare accuratamente ogni parte del corpo utilizzando disinfettanti per uso topico;
? asciugare accuratamente, con l'accappatoio personale, ogni parte del corpo per evitare che l'umidità residua favorisca la proliferazione di funghi e batteri.

Vedere anche le "Linee Guida per la tutela e la promozione della salute negli ambienti confinati", documento emanato dalla Conferenza Stato - Regioni.

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.