PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 10 - numero 1976 di venerdì 04 luglio 2008

Una guida per operatori delle strutture residenziali per anziani

Un opuscolo dedicato ai responsabili e operatori delle strutture residenziali per anziani: azioni di prevenzione dei problemi di salute legati alle ondate di calore. A cura del Ministero del Lavoro, Salute e Politiche sociali.

Pubblicità

Qualche giorno fa PuntoSicuro ha presentato gli opuscoli che il Ministero del Lavoro, Salute e Politiche sociali ha realizzato, in collaborazione con il Ccm (Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie), per affrontare il caldo estivo che ha raggiunto la nostra penisola.

In questo nuovo articolo entriamo più nel dettaglio della pubblicazione, dedicata alle raccomandazioni per i responsabili e il personale delle **strutture che ospitano anziani non autosufficienti** per la prevenzione dei problemi di salute legati alle ondate di calore.

---- L'articolo continua dopo la pubblicità ----

Nell'opuscolo si ricorda che "nell'estate del 2003, quando in Europa si sono raggiunte condizioni climatiche molto sfavorevoli per temperature e umidità elevate, si è osservato anche tra gli anziani della nostra nazione un drammatico aumento della mortalità e del ricorso all'ospedalizzazione".
Gli effetti più gravi di questa passata estate "si sono osservati, soprattutto in Francia, proprio tra gli anziani ospiti di istituti e strutture residenziali".
Infatti gli anziani ospiti di istituti e strutture residenziali "rappresentano un gruppo particolarmente fragile per l'età media molto avanzata, la rilevante perdita di autonomia e la presenza di più patologie".

Uno dei pericoli principali del caldo estivo è costituito dal "**colpo di calore**". Disturbo che se non trattato "può avere esito in uno scompenso funzionale generale con conseguenti danni cerebrali o morte".
Tuttavia conoscere la sintomatologia non è sufficiente: spesso "le temperature estreme determinano nelle persone anziane già in precarie condizioni di salute un aggravamento di patologie preesistenti, facendone precipitare il compromesso equilibrio biologico".

Dunque è necessario mettere in atto nelle strutture delle vere e proprie **azioni preventive**.

Ad esempio **prima dell'inizio della stagione estiva** è utile:
- "verificare la possibilità di oscurare le finestre (con tende, persiane, ecc.) in tutte le camere degli ospiti e le superfici vetrate degli spazi collettivi;
- identificare quali stanze sono più facili da mantenere fresche (ad esempio quelle orientate a nord, quelle mitigate dalla presenza esterna di alberi, ecc.) e quali lo sono meno e rivedere, di conseguenza, la distribuzione degli ospiti;
- controllare il corretto funzionamento dell'impianto di climatizzazione e assicurarsi che nella struttura sia disponibile almeno un luogo climatizzato o un ambiente sufficientemente fresco (con temperatura compresa tra 24° e 26°C) dove accogliere gli ospiti

nelle ore più calde";
- installare termometri nei luoghi dove gli ospiti maggiormente a rischio soggiornano più a lungo e, in assenza di un impianto di climatizzazione, definire almeno un'area da climatizzare o garantire in ogni stanza una ventilazione a pale a soffitto;
- definire un protocollo scritto (turni di lavoro, rapporti con familiari, volontari e specialisti delle ASL,...) da attivare in caso di segnalazione dello stato di allerta termico (per le strutture raggiunte dal sistema di allerta della Protezione Civile) o in presenza della combinazione di temperature e tasso di umidità elevati;
- "identificare 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 (118) e ospedaliere, da attivare in caso di necessità (percorsi privilegiati)";
- pianificare momenti formativi per il personale;
- individuare i soggetti più a rischio e, se possibile, misurarne il peso corporeo (il peso costituisce un semplice indicatore di facile monitoraggio);
- verificare lo stato di idratazione degli ospiti, richiedere ai medici curanti di ciascun ospite informazioni individuali specifiche e far verificare che il vestiario disponibile sia adeguato per l'estate.

In previsione dell'**arrivo di un'ondata di calore** è poi importante:
- "seguire l'evoluzione dello stato di allerta (per le strutture raggiunte dal sistema di allerta della Protezione Civile)";
- ricordare agli ospiti e ai loro familiari le regole base per proteggersi dal caldo e programmare la distribuzione dell'acqua a intervalli regolari (assicurando l'assunzione, in assenza di controindicazioni, di almeno due litri di liquidi al giorno);
- monitorare temperatura e peso corporeo dei soggetti più a rischio e rilevare quotidianamente pressione arteriosa e frequenza cardiaca;
- controllare lo stato di idratazione degli assistiti attraverso semplici segni clinici e controllo del bilancio idrico;
- adattare le diete ed evitare le bevande alcoliche, a forte tasso di caffeina (caffè, tè, cola), molto zuccherate o gassate;
- condurre in una zona climatizzata o fresca tutti i residenti almeno tre ore al giorno (ad esempio nelle ore più calde tra le 11 e le 14);
- vestire le persone in modo più leggero possibile (abiti di cotone ampi e freschi) e rinfrescare il viso, la nuca e le altre parti scoperte del corpo;
- "porre attenzione alla presenza dei seguenti segni clinici: **crampi, mal di testa, significativa spossatezza, sensazione di svenimento, vertigini, malessere generalizzato, modifiche del comportamento e disorientamento, disturbi del sonno**";
- verificare la formazione del personale sui rischi del caldo e contattare i medici curanti delle persone maggiormente a rischio per adattare il piano di cura e la terapia in corso (ciò vale soprattutto per chi assume diuretici, antipertensivi, antidiabetici e psicofarmaci).

A livello ambientale si consiglia di:
- chiudere le finestre e le serrande, soprattutto quelle delle facciate esposte al sole finché le temperatura esterna è superiore a quella interna;
- "aprire gli infissi il più possibile e favorire il ricambio d'aria in tutto l'edificio quando la temperatura esterna è più bassa di quella interna;
- annullare ogni programma di attività fisica o di uscite durante le ore più calde;
- monitorare le temperature all'interno dell'edificio quattro volte al dì (ad esempio alle ore 10, 12, 14 e 16)".

Ricordiamo infine che gli anziani maggiormente suscettibili alle conseguenze delle ondate di calore sono quelli con "età maggiore di 75 anni con gravi malattie in fase acuta o malattie cronico degenerative, come problemi cardiaci, diabete, insufficienza respiratoria o renale, malattia di Parkinson o gravi malattie mentali, malattia di Alzheimer e altre forme di demenza".

- Estate sicura 2008: come vincere il caldo "Raccomandazioni per i responsabili e il personale delle strutture che ospitano anziani non autosufficienti per la prevenzione dei problemi di salute legati alle ondate di calore" (formato PDF, 487 kB).

Tiziano Menduto

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.