

AFA, I CONSIGLI DEL MEDICO: "USCIRE POCO E BERE MOLTO"

10 Giugno 2010

L'AQUILA - È arrivata la prima ondata di caldo, e con essa i problemi, soprattutto per chi vive in città: gli anziani, i bambini e i cardiopatici.

I consigli per tentare di sfuggire alla calura sono pochi e semplici. "Nelle ore più calde - spiega Vito Albano, ex presidente dell'Ordine dei medici dell'Aquila che la scorsa estate ha operato nelle tendopoli dei terremotati - bisogna restare in casa evitando di uscire. Per quanto riguarda l'alimentazione, è opportuno poi consumare molta acqua e mangiare tanta frutta per reintegrare i liquidi persi con il sudore". Consigli utili per evitare cali di pressione o malori, soprattutto per le categorie a rischio.

A conferma di quanto spiegato dagli esperti meteo, comunque, Albano spiega che "fino a ora non si sono registrati particolari problemi o richieste di aiuto nella nostra regione". Insomma, il sole che spacca le pietre è ancora di là da venire.

Rispetto all'estate scorsa, oltretutto, quest'anno ci sarà un'emergenza in meno da fronteggiare, quella degli sfollati, che l'anno scorso ebbero molti problemi sotto le tende. "Quest'estate - conclude il medico - nella nostra zona credo proprio si registreranno meno richieste di aiuto".