



Comune di SAN SPERATE

UFFICIO DEL SINDACO

COMUNICATO DEL SINDACO

AVVISO DI CONDIZIONI METEOROLOGICHE AVVERSE

Fenomeno d'interesse: **ALTE TEMPERATURE (ONDA DI CALORE)**

INIZIO VALIDITÀ 15/07/2023 ore 12:00 - FINE VALIDITÀ 18/07/2023 ore 20:00

Criticità in occasione della programmazione della 61^a Sagra delle Pesche e
Festeggiamenti Santo Patrono

SINTESI SITUAZIONE ED EVOLUZIONE SINOTTICA METEOROLOGICA

L'ANTICICLONE AFRICANO INIZIERA' SABATO 15 LUGLIO 2023 UNA NUOVA FASE ESPANSIVA SUL MEDITERRANEO OCCIDENTALE. LA STRUTTURA FAVORIRA' NEI BASSI STRATI ARIA MOLTO CALDA DAL NORDAFRICA.

COMUNICATO DEL SINDACO

SI INFORMA LA CITTADINANZA che il Centro Funzionale Decentrato di Protezione Civile - Settore Meteo, in data odierna, con AVVISO di CONDIZIONI METEO AVVERSE (Prot. n. 26228 del 14.07.2023) comunica che

- ❖ **A PARTIRE DALLE ORE 12:00 del 15.07.2023 e SINO alle 20:00 del 18.07.2023 DALLA GIORNATA DI DOMANI (SABATO 15 LUGLIO 2023) SI PREVEDONO TEMPERATURE MOLTO ELEVATE SULLA SARDEGNA MERIDIONALE E OCCIDENTALE;**
- ❖ **NEI GIORNI SEGUENTI (DOMENICA 16 LUGLIO 2023, LUNEDI' 17 LUGLIO 2023 E MARTEDI' 18 LUGLIO 2023), LE TEMPERATURE MOLTO ELEVATE INTERESSERANNO TUTTA LA REGIONE E SARANNO IN ULTERIORE AUMENTO;**
- ❖ **LE TEMPERATURE MASSIME, NELL'ARCO DEL PERIODO, POTRANNO SUPERARE LOCALMENTE I 44°C.**

**AVVERTENZE PER LA POPOLAZIONE
MISURE DI AUTOPROTEZIONE IN CASO DI ONDATE DI CALORE**

PRIMA

- informati sull'evoluzione della situazione meteo, ascoltando i telegiornali o i radiogiornali locali, con particolare riguardo all'eventuale avvenuta emissione di un avviso di condizioni meteorologiche avverse per alte temperature.
- Il **CALDO** causa problemi alla salute nel momento in cui altera il sistema di regolazione della temperatura corporea. Normalmente il corpo si raffredda sudando, ma in certe condizioni ambientali questo meccanismo non è sufficiente.
- Se, ad esempio, il tasso di umidità è molto alto, il sudore evapora lentamente e quindi il corpo non si raffredda in maniera efficiente e la temperatura corporea può aumentare fino a valori così elevati da danneggiare organi vitali.
- La capacità di termoregolazione di una persona è condizionata da fattori come l'età, le condizioni di salute, l'assunzione di farmaci.
- I soggetti a rischio sono: le persone anziane o non autosufficienti, le persone che assumono regolarmente farmaci, i neonati e i bambini piccoli, chi fa esercizio fisico o svolge un lavoro intenso all'aria aperta.

**PER QUESTO, DURANTE I GIORNI IN CUI È PREVISTO UN RISCHIO ELEVATO
DI ONDATE DI CALORE SI CONSIGLIA DI SEGUIRE QUESTE SEMPLICI
NORME DI COMPORTAMENTO**

- ✓ **non uscire nelle ore più calde, dalle 12 alle 18, soprattutto i soggetti a rischio (soprattutto gli anziani, bambini molto piccoli, persone non autosufficienti o convalescenti);**
- ✓ **In casa, proteggersi dal calore del sole con tende o persiane e mantenere il climatizzatore a 25-27 gradi;**
- ✓ **Se usate un ventilatore non indirizzatelo direttamente sul corpo;**
- **In generale consumare pasti leggeri e mangiare molta frutta, bere adeguatamente evitando bevande alcoliche e caffeina.**
- **indossare abiti e cappelli leggeri e di colore chiaro all'aperto evitando le fibre sintetiche.**
- **Se in casa ci sono persone malate fare attenzione che non siano troppo coperte.**
- **I soggetti a rischio sono: le persone anziane e/o non autosufficienti o convalescenti, le persone che assumono regolarmente farmaci, i neonati e i bambini piccoli, chi fa esercizio fisico o svolge un lavoro intenso all'aria aperta.**

Fonte: Le norme di comportamento da adottare prima, durante le ondate di calore sono consultabili al seguente indirizzo web:

http://www.sardegnaambiente.it/documenti/20_467_20190227151550.pd

San Sperate, 14.07.2023

**Il Sindaco
Dott. Fabrizio Madeddu**

