

# Ondate di calore: 10 regole “salva-vita” per anziani e fragili

---

 [worldmagazine.it/732710](https://worldmagazine.it/732710)

2 agosto 2022

2 Agosto 2022

## Il decalogo anti-caldo di Senior Italia FederAnziani

---



**In fatto di cure, l’associazione consiglia di non cambiare l’assunzione della terapia per nessun motivo, contattando il medico per qualsiasi necessità e leggendo le modalità di conservazione dei farmaci. Come ultima raccomandazione, Senior Italia FederAnziani invita i più fragili a prediligere le vacanze in zone collinari, per fuggire dall’afa delle città.**

---

### “Prendiamoci cura degli anziani”

---

Il primo invito del presidente di Senior Italia FederAnziani Roberto Messina, “è rivolto agli anziani e ai fragili: seguite il decalogo anti-caldo, non sottovalutate l’importanza di queste regole, perché è troppo spesso la superficialità a fare i danni maggiori”. Ma il secondo appello è rivolto ai familiari dei nonni, agli amici, ai vicini di casa, alla comunità tutta: “Prendetevi cura di loro, stategli vicino, non perdeteli di vista, restate in contatto con loro anche con una telefonata o una videochiamata, perché spesso è difficile per loro rendersi conto del rischio. Come nel caso del rischio di disidratazione, che è triplo negli anziani per via dell’indebolimento dei recettori della sete, o come il rischio di non aderenza alle terapie in un momento in cui invece una maggiore aderenza alle terapie è uno scudo contro le ondate di calore”.

Fonte : Sky Tg24

**Meteo**

---

**Cambio Valuta**

---