

Raccomandazioni del Gruppo Operativo Salute e Ambiente per proteggere la salute dei bambini e delle bambine in caso di canicola – Edizione 2025

SCHEDA PER STRUTTURE DI ACCOGLIENZA COLLETTIVE EXTRAfamiliare

I bambini e le bambine rappresentano un gruppo particolarmente vulnerabile alla canicola. Per i responsabili delle strutture di accoglienza collettive extrafamiliare è dunque importante organizzarsi adeguatamente prima dell'inizio dell'estate e sapere come comportarsi nei periodi di caldo intenso e di canicola.

Maggiori informazioni sono ottenibili sul sito internet www.ti.ch/calurasenzapaura

PRIMA DELL'ESTATE

- ✓ Scaricare sul cellulare la app di MeteoSvizzera che permette di ricevere gli avvisi di allerta canicola
- ✓ Disporre di un termometro che misuri la temperatura dei locali in cui si trovano i bambini
- ✓ Definire l'organizzazione delle attività per i bambini in caso di canicola
- ✓ Prevedere menu adeguati
- ✓ Sensibilizzare i genitori

DURANTE I PERIODI DI CANICOLA

In generale

- ✓ Tenere i bambini in un ambiente fresco (verificare la temperatura dei locali)
- ✓ Chiudere le finestre durante il giorno, arieggiare la sera e la notte, non appena la temperatura esterna lo permette
- ✓ Evitare esposizioni prolungate al sole nei periodi di massima insolazione (12-16) e nei momenti in cui le temperature sono più elevate
- ✓ Limitare l'attività fisica all'aperto
- ✓ Distribuire regolarmente dell'acqua fresca
- ✓ Adattare i pasti (prediligere frutta e verdura, limitare il sale)
- ✓ Prestare particolare attenzione ai bambini con problemi di salute cronici o acuti (che assumono farmaci, con diarrea e/o vomito che possono portare rapidamente alla disidratazione)

In caso di uscita / attività all'aria aperta

- ✓ Verificare che i bambini siano vestiti adeguatamente (cappellino, vestiti ampi, chiari e leggeri, che proteggano le parti esposte della pelle)
- ✓ Fare bere regolarmente i bambini acqua fresca ed evitare il consumo di bevande zuccherate
- ✓ Usare le creme solari

Inoltre è importante essere attenti a qualsiasi segno / manifestazione di malessere

- Grande debolezza / fatica
- Stordimento, vertigini, disturbi della coscienza
- Nausea, vomiti
- Crampi
- Temperatura corporea elevata (rischio di colpo di calore)
- In caso di malessere, consultare immediatamente il medico e avvisare i genitori

Si consiglia inoltre di consultare il documento "Buone pratiche per la prevenzione e la promozione della salute nella prima infanzia – Raccomandazioni per le strutture di accoglienza diurne collettive"