

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Le buone abitudini “battono” il caldo torrido e l’ozono

Gea Somazzi · Thursday, August 3rd, 2017

È scattato l'allarme **per il caldo torrido e la forte concentrazione dell'ozono nell'aria**. Ma,  niente paura, **per passare indenni alle alte temperature basta dar spazio alle buone abitudini**.

A darci qualche consiglio e fare chiarezza sul pericolo ozono è stato **il dottor Giancarlo Razionale, responsabile del pronto soccorso dell'Ospedale di Legnano**. Suggerimenti semplici e validi per tutte le età, quelli formulati dal medico legnanese: *«L'unico modo per fronteggiare il caldo torrido e la minaccia rappresentata dall'ozono è quello di evitare di esporsi nelle ore più calde della giornata, vestirsi con abiti leggeri e non snobbare gli ambienti climatizzati. Senza dimenticare che è necessario bere almeno due litri acqua al giorno e mangiare più frutta e verdure. Non smetterò mai di dirlo: usate il buon senso»*.

Siamo nel pieno dell'estate e **al pronto soccorso di Legnano non si sono registrati picchi d'accessi per malori da calura o disidratazione**. Secondo il medico è un quadro positivo *«I legnanesi sanno difendersi dal caldo – spiega Razionale –. Ovviamente, viste le alte temperature che caratterizzano quest'inizio di agosto, non possiamo che mantenere alta l'attenzione»*.

**Le persone più a rischio restano quelle con patologie croniche, come gli anziani, che «devono sentire frequentemente il loro medico per mantenere sotto controllo lo stato di salute»**.

**Per quanto riguarda l'ozono, agente inquinante, le persone più sensibili sono quelle con problematiche respiratorie e allergiche:** *«È ovvio – afferma il primario – che gli asmatici sono il gruppo di popolazione maggiormente a rischio per l'esposizione all'azione irritante dell'ozono che colpisce bocca, occhi e apparato respiratorio. Quindi ribadisco: per evitare situazioni di disagio, anche in questo caso, basta evitare di uscire di casa nelle ore più calde»*.

This entry was posted on Thursday, August 3rd, 2017 at 4:23 pm and is filed under [Legnano](#), [Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

