

## Elenco

|                                                                                                                           |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Il Secolo XIX 23 agosto 2023 L'attività fisica come terapia Asl 5 cerca società sportive.....                             | 1 |
| Il Secolo XIX 23 agosto 2023 A Pignone non c'è il medico di base 'Asl intervengoa'.....                                   | 2 |
| Il Secolo XIX 23 agosto 2023 Donatori di musica, un evento solidale all'ospedale di Massa.....                            | 3 |
| Il Secolo XIX 23 agosto 2023 Il caldo non dà tregua, Genova ancora rossa. Raddoppiati gli accessi al pronto soccorso..... | 4 |
| Il Secolo XIX 23 agosto 2023 Infiltrazioni in Radiologia, operai in corsia.....                                           | 5 |
| Il Secolo XIX 23 agosto 2023 Primo soccorso, a Calice si insegnano le manovre salva-vita.....                             | 6 |
| La Nazione 23 agosto 2023 Calice, la Croce Rossa insegna le tecniche di soccorso.....                                     | 7 |
| La Repubblica Liguria 23 agosto 2023 Caldo e afa non danno tregua a rischio anche i bambini.....                          | 8 |

IL PROGETTO LANCIATO DALL'AZIENDA SANITARIA

# L'attività fisica come terapia Asl5 cerca società sportive

Programmi simili, descritti nel bando, incidono sulla salute degli utenti  
«Servono a modificare lo stile di vita e a prevenire o mitigare una disabilità»

Silva Collecchia / LA SPEZIA

La Sanità pubblica spezzina cerca società sportive locali e soggetti operanti nel Terzo settore per lo svolgimento di A.F.A., l'Attività Fisica Adattata. L'Afa è un percorso non sanitario che prevede una serie di programmi di attività motoria di gruppo, finalizzati a migliorare il benessere della persona e a contrastare le difficoltà di movimento temporanee o conseguenti a malattie croniche. Si tratta di programmi di esercizio fisico, non sanitari, svolti in gruppo e appositamente disegnati per una serie di condizioni croniche che da tempo stanno ottenendo il gradimento degli utenti con buoni risultati per la loro salute psico-fisica.

Il bando per la manifestazione d'interesse finalizzata all'individuazione di enti per lo svolgimento di A.F.A. (Attività Fisica Adattata) a favore



L'ospedale Sant'Andrea

di cittadini del territorio di Asl5, da effettuare con operatori qualificati laureati in scienze motorie è reperibile on line sul sito di Asl5. La domanda inerente il 2024, scade il 15 settembre 2023 e può essere presentata da Soggetti del Terzo Settore quali Associazioni di volontariato e di

promozione sociale, Cooperative e Società sportive in grado di svolgere Attività Fisica Adattata prevalentemente rivolta ad anziani, nei Distretti sociosanitari 17, 18 e 19. Per "Attività Fisica Adattata" si intendono gli esercizi fisici prescritti per situazioni specifiche, come patologie croni-

che, svolte in gruppo, sotto la supervisione di un professionista competente ed in luoghi e strutture non sanitarie, con lo scopo di migliorare il livello di attività fisica, il benessere e la qualità della vita delle persone.

La finalità dell'A.F.A., normata dalla Regione Liguria, è

pertanto, di promozione del benessere psico-fisico della popolazione, specialmente durante l'invecchiamento, attraverso la diffusione dell'educazione motoria, che oltre a favorire il controllo e rallentamento delle malattie croniche, incentiva la socializzazione. La maggior parte delle patologie croniche, infatti, sono influenzate negativamente dalla sedentarietà e dei programmi regolari e costanti ne permettono una maggiore stabilizzazione con in molti casi un decremento, concordato con il proprio medico, della terapia. L'obiettivo della manifestazione d'interesse è l'individuazione di soggetti attuatori da formare con specifici esercizi al fine di diffondere in maniera più capillare possibile questa attività motoria.

«I corsi A.F.A. sono finalizzati a modificare lo stile di vita sia per prevenire che per mitigare una disabilità già presente – spiega un camice bianco spezzino – È stato infatti dimostrato che in molte malattie croniche il processo disabilitante è aggravato dall'effetto aggiuntivo della sedentarietà. Questo circolo vizioso può essere interrotto con adeguati programmi di attività fisica regolare e continuata nel tempo. L'Attività Fisica Adattata, se eseguita con costanza, può far recuperare tono ai muscoli, migliorare lo stato delle articolazioni, aumentare la resistenza alla fatica, ridurre il dolore e quindi migliorare la qualità della vita.»

# A Pignone non c'è il medico di base, «Asl intervenga»

PIGNONE

Ha preso carta e penna il sindaco di Pignone Ivano Barcellone. E ha scritto ad Asl5 perché i cittadini del piccolo comune non rimangano senza un medico di base. Dal primo di settembre anche questo territorio perderà uno dei medici che prestano servizio in vallata. E alcune centinaia di persone si troveranno così «scoperte» dal servizio. Barcellone ha chiesto ai vertici di Asl5 con «sollecitudine» la riassegnazione di un medico di base che possa prestare servizio nell'ambulatorio che è stato allestito nella sede del Comune, a Pignone. «Con il trasferimento del dottor Zanuzzi ad altra sede viene a mancare un punto di riferimento importante per il nostro territorio. Il 31 agosto il medico terminerà il suo servizio sul territorio della Val di Vara e questo sta creando molta preoccupazione tra i suoi mutuatati, che resteranno sprovvisti del medico di famiglia». Sono diversi i comuni della Val di Vara in cui la situazione si sta verificando. La possibilità di scegliere altri medici, presso altri comuni, crea difficoltà «soprattutto per le persone anziane, che hanno necessità di avere il medico vicino, a disposizio-



Il sindaco Barcellone

ne. Nel nostro territorio la maggior parte della popolazione è sopra i 70 anni – rimarca il primo cittadino – e non è possibile indicare come soluzione la possibilità di segnarsi presso altri medici della vallata, anche se hanno posti a disposizione».

Anche Zignago aveva lanciato un grido d'allarme, richiamando Asl5 a mantenere la zona carente e a produrre un bando per la riassegnazione del posto in tempi brevi. Il problema è però generale. E riguarda la mancanza dei medici di famiglia. «Non possiamo però non dare risposte alla popolazione, che sta vivendo con apprensione questo passaggio. Per questo ho chiesto ad Asl5 di darci una soluzione, adeguata alle necessità del nostro territorio, nel più breve tempo possibile». —

L. IV.

L'ASSOCIAZIONE

# Donatori di musica, un evento solidale all'ospedale di Massa

LUNIGIANA

Donatori di musica nuovamente protagonisti all'ospedale Apuane, con un nuovo straordinario evento, che vedrà come protagonista sabato 26 agosto il grande pianista di fama internazionale Danilo Rea.

Il suo concerto, come sempre dedicato in particolare a pazienti, familiari e opera-

tori sanitari, si svolgerà a partire dalle 17 nella sala policonfessionale della struttura ospedaliera.

«Non ci si abitua mai al benessere che ci regala la musica, ancor di più quando la vita ha bisogno di una carezza».

Questo è il messaggio che il direttore dell'Oncologia di Massa Carrara, Andrea Mambrini, vuole trasmette-

re anche in questa occasione ai suoi pazienti e all'intera comunità.

Danilo Rea è un pianista Jazz conosciuto e apprezzato in tutto il mondo.

In Italia sono numerose le sue collaborazioni anche nell'ambito del pop come pianista di fiducia di artisti come Mina, Claudio Baglioni, Pino Daniele e Gino Paoli, solo per citarne alcuni. Dal 2019 è presidente, per la sezione musica, del premio nazionale "Penisola Sorrentina Arturo Esposito", riconoscimento di cui è stato a sua volta insignito nel 2018.

Si tratta di un premio dedicato alle eccellenze della cultura e dello spettacolo italiano. Donatori di Musi-

ca è una rete di musicisti, medici e volontari, nata nel 2009 per realizzare e coordinare stagioni di concerti negli ospedali.

L'esperienza emotiva e umana dell'ascolto della musica dal vivo è infatti un diritto di tutti e in particolare di chi si trova ad affrontare situazioni critiche.

A Massa e Carrara l'associazione Donatori di Musica offre momenti di svago e sollievo ai pazienti oncologici, alle loro famiglie e al personale sanitario ed è divenuta nel tempo presenza costante per momenti di condivisione e umanizzazione delle cure, un servizio preziosissimo. —

S.COLLA

Tre vittime in meno di 48 ore: oggi un altro anziano è deceduto sul litorale di Quarto. Palumneri: «Preoccupa il perdurare di queste condizioni»

# Il caldo non dà tregua, Genova ancora rossa Già raddoppiati gli accessi al pronto soccorso

IL CASO / 1

Alessandra Rossi

**L**iguria nella morsa del caldo, con Genova “marchiata” dal bolli- no rosso anche giovedì e la prospettiva di una tregua attesa non prima di domenica. In questa lunga ondata di calore, che si protrae dallo scorso weekend, sono già tre le vittime sul litorale ligure in meno di 48 ore, tutti anziani, tra i 77 e gli 80 anni, tutti stroncati da arresto cardiaco: una persona che ha perso la vita a Varazze, gli altri due a Genova, in corso Italia e a Quarto. Raddoppiati anche gli accessi al pronto soccorso della regione: una trentina quelli registrati ieri per patologie correlabili al caldo, mentre erano stati 16 lo scorso sabato. Complici le temperature da record: lunedì 21 agosto è stato, fino ad ora, il giorno più caldo dell'estate 2023. Secondo i dati Arpal, alle 17.30 ben 53 stazioni dell'Omirl - Osservatorio meteo-idrologico della Regione Liguria avevano superato i 38°, 4 addirittura a 40° o più. A farne le spese, soprattutto il centro-levante, con Genova che ha registrato 38,5°, temperatura mai raggiunta prima sotto la Lanterna.

Il picco del 21 agosto è stato però misurato nel Savonese, a Ellera Foglietto, che con 41.3° si è guadagnata il terzo posto assoluto di temperatu-



Anche ieri a Genova le temperature erano molto alte e non miglioreranno prima di domenica

PAMBIANCHI

## 41,3

I gradi registrati a Ellera Foglietto nel Savonese: è stato il record ligure di lunedì

## 44,6°

La temperatura percepita lunedì a Genova: ieri si è fermata a 40 gradi

re massime registrate in Liguria dal 2003 ad oggi. Sul podio “infernale” resistono i 42° registrati il 22 agosto 2011 a Castelnuovo Magra (SP) e i 41.6° del 14 agosto 2021 a Riccò del Golfo (SP). Anche ieri, giornata che in tutta la regione ha visto temperature meno bollenti, Ellera Foglietto ha comunque registrato 41,1°. Subito dopo Padivarma (SP) con 40,4° e un'escursione termica fortissima: 13,6° durante la notte tra lunedì e martedì.

L'ondata di calore in corso è stata aggravata dall'effetto fohen locale: i venti di ricaduta da nord e da est, spiega Ar-

pal, «si surriscaldano dopo aver superato i monti, sottraendo ulteriore umidità a un'aria già secca». Situazione che, secondo gli esperti, si protrarrà per tutta la settimana. Per questo, sul fronte sanitario, si rinnova l'invito a seguire i consigli legati ai corretti comportamenti per prevenire i rischi legati ai colpi di calore: «Non ci stanchiamo di ripetere che, in queste giornate dove le temperature percepite superano i 40 gradi - spiega Angelo Gratarola, assessore alla Sanità della Regione Liguria - vanno adottati comportamenti di buon senso, evitando l'e-



ANGELO GRATAROLA  
ASSESSORE SANITÀ  
REGIONE LIGURIA

«Non registriamo sovraffollamenti negli ospedali. Tutti devono evitare l'esposizione al sole nelle ore più calde»

sposizione al sole nelle ore più calde: un principio che vale per tutti. Nei pronto soccorso registriamo un incremento di accessi, ma non si stanno generando situazioni di sovraffollamento». In questo contesto, sono anche le temperature percepite il grande problema dell'ondata di calore: a misurare questo grado di “disagio” l'indice humidex (termine coniato nel 1965, ndr), ideato dai meteorologi canadesi per descrivere l'impatto del clima caldo su una persona media, combinando l'effetto di calore e umidità. «Secondo l'humidex - spiega Ernesto Pa-

lumneri, coordinatore del Centro di riferimento ligure di Alisa - nella giornata di lunedì si sono raggiunti i 44,6° di temperatura percepita, il che significa che siamo stati molto vicini alla quota di pericolo (da 45 in su, ndr) per la salute non solo dei cosiddetti “fragili”, ma di tutta la popolazione». Ieri l'indice si attestava invece attorno ai 40 gradi, che comunque indica “forte disagio e la necessità di evitare sforzi». Per Palumneri, «queste ondate di calore sono caratterizzate da temperature molto elevate, sebbene con una umidità inferiore ad altre. Ciò che preoccupa è soprattutto il perdurare di tali condizioni climatiche iniziate 3-4 giorni fa e destinate a proseguire. È dunque importante evitare tutti i comportamenti che possono mettere a rischio la salute, facendo particolarmente attenzione allo stato di idratazione di anziani e bambini».

Un altro dei valori che testimoniano il forte disagio legato all'ondata di calore è lo sfioramento dei livelli di ozono, registrato domenica e lunedì scorsi da Arpal. Il limite è di 180 microgrammi per metro cubo: domenica lo sfioramento è stato a Pegli e a Quarto, rispettivamente a 183 e 187. Sempre a Quarto, lunedì, il livello di ozono è stato a 188. Ieri i valori sono stati alti, ma non si sono registrati superamenti. Resta l'invito a non esporsi al sole, specie nelle ore più calde. —



# Infiltrazioni in Radiologia, operai in corsia

**L'azienda sanitaria:  
«È stata sostituita  
la tubatura e sono state  
eseguite opere murarie  
per ripristinare i locali»**

LA SPEZIA

All'ospedale Sant'Andrea in molti hanno notato quel rivo-  
lo d'acqua che dalla Radiolo-  
gia arrivava a bagnare anche  
la shock room. Una copiosa  
perdita d'acqua iniziata nei  
giorni scorsi. Ma a quanto pa-  
re non sarebbe la prima volta  
che si verifica lo stesso feno-  
meno. La shock room o sala  
rossa è un'area del Diparti-  
mento d'Emergenza e Accet-  
tazione, evoluzione del Pron-  
to soccorso, dotata di appa-  
recchiature tecnologicamen-  
te avanzate e dedicata al trat-  
tamento dei pazienti partico-  
larmente critici, e che quindi  
accedono al Dea con codici  
ad elevata priorità, tipica-  
mente in codice "rosso". Il ri-  
volo d'acqua era ben eviden-  
te e in tanti, sia tra i pazienti e  
visitatori, ma anche tra gli  
stessi addetti ai lavori, si so-  
no domandati cosa stesse ac-  
cadendo. «La notte tra vener-  
di 18 e sabato 19 agosto è sta-  
ta segnalata un perdita di ac-  
qua con parziale allagamen-  
to del reparto Pronto soccor-  
so Radiologia situato al pia-

no terreno del padiglione Da  
Pozzo. L'infiltrazione non ha  
interessato le apparecchiature  
presenti nella Shock room  
adiacente – confermano dal-  
la direzione sanitaria di Asl5  
- L'area tecnica prontamente  
intervenuta ha individuato  
l'origine della perdita: è sta-  
to necessario non solo sostitui-  
re la tubatura, ma anche  
effettuare opere murarie di  
ripristino. L'intervento è ter-  
minato lunedì mattina. At-  
tualmente si attende l'asciugatura delle superfici interes-  
sate per ripristinare la finitura  
dei locali».

Ancora una volta il vec-  
chio ospedale mette a nudo  
le sue vulnerabilità che van-  
no dai problemi strutturali di  
alcuni padiglioni, a possibili  
ritrovamenti di amianto an-  
che nei locali che dovrebbero  
ospitare le nuove Tac pagate  
dal Psrr per i quali sono in corso le indagini, a tubi rotti, im-  
pianto di climatizzazioni da-  
tati e magagne e malfunzio-  
namenti giornalieri. Va det-  
to che Asl5 sta facendo tutto  
il possibile affinché l'ospeda-  
le spezzino possa restare  
aperto, ma i problemi sono  
giornalieri e distolgono risorse  
umane e finanziarie che  
avrebbero potuto essere im-  
piegate nel nuovo ospedale  
che resta al palo. —

S.COLLA

SABATO

# Primo soccorso, a Calice si insegnano le manovre salva-vita

CALICE AL CORNOVIGLIO

A Valdonica nel Comune di Calice al Cornoviglio si è svolgerà una dimostrazione di primo soccorso e ambulanza dei pupazzi per i più piccoli a cura della Croce Rossa. Si tratta di una serata all'insegna della prevenzione e del divertimento per i più piccoli che si svolgerà sabato, a partire dalle 21 nella piazza di Valdonica, la sede della Croce Rossa di Calice al Cornoviglio,



Militi della Cri di Calice

con il patrocinio del Comune. Gli istruttori Cri mostreranno alla popolazione le manovre di soccorso da effettuare in caso di arresto cardiaco e quelle di disostruzione delle vie aeree, da effettuare in caso di soffocamento.

Troppo spesso, infatti, di fronte a un episodio di arresto cardiaco o di soffocamento, le persone non sanno comportarsi, quando sarebbe sufficiente seguire con tempestività un semplice protocollo per riuscire a salvare una vita. Durante la serata, per la gioia dei più piccoli ci sarà anche l'ambulanza dei pupazzi, un mezzo utilizzato ogni giorno dai volontari per i soccorsi in emergenza, dedicato in questo caso al "soccorso" dei propri compagni di gioco, per fare in modo che i bam-

bini superino il timore verso l'ambulanza attraverso il divertimento. L'iniziativa rientra in una più ampia serie di eventi organizzati dalla Croce Rossa di Calice per coinvolgere gli abitanti del territorio, reclutare nuovi volontari e diffondere le principali nozioni del primo soccorso tra la popolazione.

Proseguono sul territorio spezzino gli eventi della Croce Rossa mirati alla prevenzione e soprattutto l'insegnamento a grandi e piccini, di tecniche salva vita che in caso di necessità possono fare la differenza. Non solo interventi di soccorso sono quelli della Croce rosse, ma anche un impegno costante soprattutto tra i giovani e giovanissimi di prevenzione e di interventi e cure mirate i caso di pericolo. —

S.COLLA

# Calice, la Croce Rossa insegna le tecniche di soccorso

Nella piazza di Valdonica l'ambulanza dei pupazzi per coinvolgere i bambini

---

## CALICE AL CORNOVIGLIO

---

**Una serata** all'insegna della prevenzione e del divertimento per i più piccoli. La organizza per sabato 26 agosto, dalle 21 nella piazza di Valdonica, la sede della Croce Rossa di Calice al Cornoviglio, con il patrocinio del Comune. Gli istruttori della Cro-

ce Rossa spezzina dimostreranno alla popolazione le manovre di soccorso da effettuare in caso di arresto cardiaco e quelle di disostruzione delle vie aeree, da effettuare in caso di soffocamento. Troppo spesso, infatti, di fronte a un episodio di arresto cardiaco o di soffocamento, le persone non sanno comportarsi, quando sarebbe sufficiente seguire con tempestività un semplice protocollo per riuscire a salvare una vita. Durante la serata, per la gioia dei più piccoli ci sarà anche l'ambulanza dei

pupazzi, un mezzo utilizzato ogni giorno dai volontari per i soccorsi in emergenza, dedicato in questo caso al "soccorso" dei propri compagni di gioco, per fare in modo che i bambini superino il timore verso l'ambulanza attraverso il divertimento. L'iniziativa rientra in una più ampia serie di eventi organizzati dalla Croce Rossa di Calice per coinvolgere gli abitanti del territorio, reclutare nuovi volontari e diffondere le principali nozioni del primo soccorso tra la popolazione.



# Caldo e afa non danno tregua a rischio anche i bambini

Il bollino rosso, il livello massimo di allerta, è stato prorogato fino a giovedì, ieri 41,3 gradi a Riccò del Golfo, 36,1 a Genova. Previste ancora temperature percepite oltre i 40 gradi. Il presidente dei pediatri: “Meglio tenere in casa i più piccoli”

L’anticiclone africano non molla la Liguria. A Genova sono previste ancora due giornate da bollino rosso, il livello massimo di allerta per ondate di calore. E l’afa non darà tregua fino a venerdì con temperature torride che si manterranno oltre i 40 gradi percepiti anche nei prossimi giorni.

Tra i soggetti più a rischio, oltre agli anziani, ci sono anche i bambini. «In questo periodo è consigliato esporli al sole fino alle 10 del mattino e soltanto dopo le 18 – chiarisce Alberto Ferrando, presidente dell’Associazione dei pediatri extraospedalieri della Liguria – Nelle ore più calde della giornata meglio tenere i bimbi fino a quattro anni in un giardino ombreggiato o in casa, arieggiando le stanze o attivando un ventilatore ma senza abbassare drasticamente la temperatura. Fino a venerdì consiglio di stare tranquilli e limitare le attività nelle ore più calde».

Il pediatra ricorda che i lattanti e i bambini piccoli si adattano meno facilmente dell’adulto alle temperature elevate, per questo, quando fa molto caldo, sono più a rischio di colpi di calore. Meglio, quindi evitare di portarli in locali chiusi surriscaldati e scarsamente ventilati o mettersi in viaggio nelle ore centrali della giornata. «Con alti tassi di umidità l’organismo non fa in tempo a far scendere la temperatura corporea e si continua a sudare, mentre con il caldo secco non ci si accorge della perdita di liquidi. Patologie del sistema nervoso e diarrea, inoltre, possono aumentare il pericolo di ipertermia e di disidratazione – spiega il pediatra Ferrando – I bambini in questo periodo devono bere molto, per i più piccoli ricordo ai genitori di dare almeno un cucchiaino d’acqua con molta frequenza e di evitare tè e bevande gassate di qualunque tipo».

Ieri, nel primo giorno da bollino rosso per ondate di calore, sono stati una trentina gli accessi nei pronto soccorso liguri per patologie correlabili al caldo. «Ma non abbiamo registrato situazioni di sovraffollamento – ha assicurato l’assessore regionale alla Sanità Angelo Gratarola – E non ci stanchiamo di ripetere che in queste giornate, dove le temperature percepite superano i 40 gradi, vanno adottati comportamenti di buon senso, evitando soprattutto l’esposizione al sole nelle ore più calde e ricordiamo anche di evitare di fare attività fisica con le attuali temperature». E sono molte le aziende che ieri hanno attivato per la prima volta la cassa integrazione per caldo, con diversi cantieri, soprattutto quelli con gli operai impegnati sui tetti o sulle facciate, che in mattinata hanno sospeso l’attività una volta che si sono superati i 35 gradi, reali o percepiti.

Ciò che preoccupa, secondo gli esperti, è soprattutto il perdurare di queste condizioni inizia-

te alla fine della scorsa settimana e destinate a proseguire almeno fino a giovedì.

Le temperature più alte, secondo i dati di Arpal, ieri si sono concentrate tra le 12 e le 14: il record nello spezzino con i 41.3 gradi registrati a Riccò del Golfo mentre a Ellere Folliero, nel savonese, il termometro si è fermato a 41.1 gradi ( lunedì si erano raggiunti i 41.3). Il record storico assoluto resta quello di Castel

***Il momento clou tra le 12 e le 14 A Campomorone 39,5 gradi***

Nuovo Magra del 22 agosto 2011 con 42 gradi.

Più “contenute” le temperature nel capoluogo per le brezze sulla costa che hanno ridotto la cappa di calore: ieri a Genova la temperatura massima è stata di 36.1 gradi alle 12.30 (più mite rispetto al record di lunedì di 38.5 gradi) mentre nell’entroterra si sono toccati quasi i 40 gradi con i 39.5 gradi di Campomorone e Isoverde e i 38.3 di Bargagli. « L’

ondata di calore in corso è stata aggravata dall’effetto foehn locale – spiegano da Arpal – Con i venti di ricaduta da nord e da est che si surriscaldano dopo aver superato i monti, sottraendo ulteriormente l’umidità a un’aria già secca. Le previsioni per i prossimi giorni saranno ancora all’insegna del caldo torrido per tutta la settimana, almeno sino a venerdì». – **val.ev.**