



Salute - Caldo record, l'allarme degli esperti: "Possibili rischi anche seri per la salute umana"

Roma - 23 giu 2026 (Prima Notizia 24) Oltre alle conseguenze più lievi e comuni, le temperature estreme minacciano il sistema di termoregolazione dell'organismo, con il rischio di pesanti ripercussioni sulle funzioni cerebrali e sugli organi vitali, specialmente per la popolazione fragile.

Le temperature eccezionali che stanno flagellando la penisola rappresentano una vera e propria insidia per l'organismo. I picchi termici registrati in diverse aree del Paese, ben superiori ai valori normali del periodo, stanno costringendo gli esperti a richiamare l'attenzione sulle conseguenze cliniche causate dall'afa. I medici della Società Italiana di Medicina Ambientale (Sima) hanno voluto fare il punto sui pericoli legati a questo repentino picco climatico, che colpisce in modo particolarmente severo gli anziani, i bambini e chi soffre già di patologie croniche. L'allerta si focalizza sui meccanismi di difesa del nostro organismo, che sotto stress termico rischiano di andare in tilt. "Il caldo eccessivo determina problemi sanitari in quanto può alterare il sistema di regolazione della temperatura corporea - afferma il presidente Sima, Alessandro Miani -. Il corpo umano si raffredda attraverso la sudorazione, ma in determinate condizioni ambientali questo non è sufficiente: una umidità eccessiva impedisce al sudore di evaporare, con il calore corporeo che aumenta rapidamente. Temperature eccessivamente elevate possono provocare disturbi lievi come crampi, svenimenti, edemi, ma anche problemi gravi". La casistica medica mappa i disturbi più ricorrenti in base alla loro intensità e origine, partendo dall'insolazione, che provoca lesioni cutanee come eritemi o bruciature manifestando spesso un quadro clinico molto simile a quello del colpo di calore. La forte sudorazione può innescare i classici crampi, ovvero fitte muscolari acute causate dal deficit di sodio che altera il corretto bilancio idrico-salino, mentre la dilatazione prolungata dei vasi sanguigni periferici tende a generare l'edema, un vistoso ristagno di fluidi concentrato principalmente sulle gambe. Altrettanto insidiosa è la congestione, uno shock termico causato dall'introduzione di liquidi ghiacciati in un corpo surriscaldato che si palesa con fitte al petto e sudore. Quando la carenza d'acqua diventa generalizzata si entra nella fase della disidratazione, i cui sintomi spaziano da sete intensa e spossatezza a giramenti di testa, tachicardia, stati ansiosi, secchezza delle mucose e ipotensione. Lo stadio più critico resta comunque il colpo di calore, che si verifica quando i normali processi biologici di raffreddamento smettono di funzionare; i campanelli d'allarme partono da un subitaneo senso di spossatezza diffusa, per poi evolvere rapidamente in cefalea, nausea, vomito, disorientamento e forte agitazione.

(Prima Notizia 24) Martedì 23 Giugno 2026

PRIMA NOTIZIA 24

Sede legale : Via Costantino Morin, 45 00195 Roma
E-mail: redazione@primanotizia24.it