

COMUNICATO STAMPA del 26 giugno 2026

ESTATE IN CITTÀ: AL BAMBINO GESÙ 1 ACCESSO SU 4 AL PRONTO SOCCORSO È LEGATO AL CALDO
Nelle aree urbane il fenomeno delle isole di calore aumenta il rischio di disidratazione e aggrava molte patologie tipiche dell'estate. I consigli di prevenzione degli esperti

D'estate in città si creano delle vere e proprie “**isole di calore urbano**”, dovute prevalentemente alla massiccia presenza di **asfalto, edifici e superfici impermeabili**, oltre che alla scarsa presenza di alberi e aree verdi. Un fenomeno che assume un peso crescente anche perché, rispetto al passato, molte famiglie trascorrono periodi di vacanza più brevi e **i bambini restano più a lungo nei centri abitati** durante i mesi estivi, aumentando l'esposizione alle alte temperature. Al **Pronto Soccorso di Roma** dell'Ospedale Pediatrico **Bambino Gesù**, circa **1 accesso estivo su 4 è direttamente o indirettamente correlato alle elevate temperature**, che favoriscono soprattutto la comparsa e il peggioramento della disidratazione nei bambini. «*I bambini non sono piccoli adulti: il loro organismo ha una capacità ancora immatura di regolare la temperatura corporea e questo li rende particolarmente vulnerabili alle ondate di calore, soprattutto nei primi anni di vita e in presenza di patologie croniche o condizioni di fragilità. Per questo la prevenzione e il riconoscimento precoce dei segnali di disidratazione sono fondamentali*», sottolinea il professor **Alberto Villani**, responsabile dell'Unità Operativa Complessa di Pediatria Generale, Malattie Infettive e DEA di II livello dell'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù.

LE ISOLE DI CALORE URBANO

L'isola di calore è un **fenomeno microclimatico** per cui le città registrano **temperature superiori** rispetto alle aree rurali o costiere circostanti. La **sostituzione della vegetazione con asfalto, cemento e altre superfici impermeabili**, insieme alla presenza di **edifici che limitano la ventilazione** e al calore prodotto dal traffico e dagli impianti di climatizzazione, favorisce l'accumulo di energia durante il giorno e il suo lento rilascio nelle ore serali. **Gli effetti delle isole di calore urbano si sommano a quelli del cambiamento climatico**: l'aumento delle temperature globali rende infatti sempre più frequenti e intense le ondate di calore, accentuando il surriscaldamento delle città e i rischi per la salute. Nelle giornate estive **l'asfalto** esposto al sole può **raggiungere temperature comprese tra 60 e 80 °C**, contribuendo ad aumentare il disagio termico e i rischi per la salute delle persone più fragili, a partire dai bambini.

I DATI DEL BAMBINO GESÙ

Durante l'estate circa **il 25% degli accessi al Pronto Soccorso** del Bambino Gesù di Roma **è riconducibile, direttamente o indirettamente, agli effetti del caldo**. Nel **5% dei casi** si tratta di problematiche strettamente **legate alle alte temperature**, come colpi di calore, sincopi e disidratazione. **Il restante 20%** comprende invece bambini che arrivano in ospedale per patologie come vomito, diarrea o febbre, **condizioni che, in presenza di temperature elevate, determinano una perdita di liquidi più rapida e grave**, ma anche **pazienti affetti da malattie croniche o particolarmente fragili** – come cardiopatici, diabetici, pazienti oncologici o con altre patologie complesse – nei quali il caldo intenso può **aggravare il quadro clinico e aumentare il rischio di complicanze**, rendendo necessario il ricorso alle cure ospedaliere. I bambini sono più vulnerabili degli adulti perché il loro organismo ha una **capacità ancora immatura di regolare la temperatura corporea** e una

minore efficienza nella dispersione del calore. Nei lattanti e nei più piccoli le riserve idriche si esauriscono inoltre più rapidamente, aumentando il rischio di disidratazione.

I 10 CONSIGLI DEGLI ESPERTI PER PROTEGGERE I BAMBINI DAL CALDO

Per ridurre il rischio di colpi di calore e disidratazione, gli specialisti del Bambino Gesù raccomandano dieci semplici regole da seguire durante tutta l'estate, soprattutto quando si vive o si trascorrono molte ore in città.

1. Offrire spesso acqua ai bambini, anche se non manifestano sete, aumentando l'apporto di liquidi nelle giornate più calde.
2. Evitare l'esposizione al sole e l'attività fisica nelle ore più calde, indicativamente tra le 11 e le 17, preferendo luoghi ombreggiati e ben ventilati.
3. Vestirli con abiti leggeri, chiari e traspiranti, preferibilmente in cotone o lino.
4. Mantenere gli ambienti freschi e ben ventilati, usando ventilatori o condizionatori ed evitando bruschi sbalzi di temperatura.
5. Preferire pasti leggeri e un'alimentazione ricca di frutta e verdura, utili per reintegrare liquidi e sali minerali.
6. Proteggere capo e pelle con cappellino, zone d'ombra e creme solari ad alta protezione.
7. Prestare particolare attenzione ai lattanti e ai bambini con malattie croniche, che sono più vulnerabili agli effetti del caldo. Nei neonati è importante controllare che i pannolini vengano bagnati regolarmente, perché una riduzione della diuresi può essere il primo segnale di disidratazione.
8. Riconoscere precocemente i campanelli d'allarme, come bocca asciutta, urine scarse e concentrate, irritabilità, sonnolenza, nausea, mal di testa, crampi o svenimenti.
9. In caso di colpo di calore, portare subito il bambino in un luogo fresco, rinfrescarlo e fargli bere piccoli sorsi d'acqua.
10. Rivolgersi tempestivamente al pediatra se il bambino presenta febbre persistente, vomito ripetuto, rifiuto di bere, manifesta segni di disidratazione o peggiora una patologia cronica. Recarsi invece subito al Pronto Soccorso in caso di alterazione dello stato di coscienza, grave difficoltà respiratoria, perdita di coscienza, convulsioni, incapacità di bere o febbre molto elevata dopo una prolungata esposizione al caldo.

*«Nei bambini il caldo non va mai sottovalutato - ricorda il dottor **Sebastian Cristaldi**, responsabile del Pronto Soccorso della sede del Gianicolo del Bambino Gesù - Molte delle situazioni che osserviamo in Pronto Soccorso possono essere evitate con semplici accorgimenti: offrire spesso acqua ai bambini, limitare l'esposizione nelle ore più calde e prestare attenzione ai primi segnali di disidratazione. Intervenire tempestivamente significa, nella maggior parte dei casi, evitare che un malessere si trasformi in un'emergenza».*