

Il fumo di un incendio boschivo e la tua salute

Italian

Introduzione

Il fumo di un incendio boschivo può avere un effetto sulla qualità dell'aria nelle zone rurali ed urbane.

Questa scheda informativa dà informazioni sul fumo di un incendio boschivo, sulle conseguenze dannose che può avere sulla tua salute e su quella della tua famiglia e su cosa puoi fare per evitare o ridurre potenziali effetti negativi sulla salute.

Cos'è il fumo di un incendio boschivo?

Il fumo di un incendio boschivo contiene particelle di diverse dimensioni, vapore acqueo e gas, inclusi il monossido di carbonio, il biossido di carbonio e gli ossidi di azoto.

Le particelle più grandi sono visibili ad occhio nudo e contengono detriti ardenti, cenere ardente, ecc. Queste particelle contribuiscono a creare quella visibile "foschia" che appare durante un incendio. Generalmente si tratta di particelle troppo grandi per essere ispirati profondamente ma possono provocare irritazione al naso, alla gola e ai polmoni.

Invece le particelle più piccole ($1/30^{mo}$ della larghezza di un capello umano) e i gas sono abbastanza piccoli da poter essere ispirati in profondità, con conseguenze dannose alla tua salute.

In che modo il fumo di un incendio boschivo può colpire la mia salute?

Il modo in cui il fumo può colpire la tua salute dipende dall'età, dalle condizioni mediche preesistenti, quali l'asma o una malattia cardiaca, e da quanto a lungo si rimane esposti all'effetto del fumo.

Gli effetti causati da una breve esposizione al fumo negli adulti sani generalmente scompaiono rapidamente dopo che è scomparso il fumo. Tra i segni di irritazione causata dal fumo vi sono il prurito agli occhi, il mal di gola, il naso che cola e una tosse generica.

I bambini, gli anziani, i fumatori e coloro che soffrono già di una malattia quale quella cardiaca o polmonare (inclusa l'asma) sono più sensibili agli effetti dell'inspirazione di piccole particelle. I sintomi potrebbero apparire dopo qualche tempo ma si aggravano.

E' molto importante che le persone con preesistenti disturbi sanitari prendano le medicine, seguino il piano della cura e consultino immediatamente il medico se non stanno bene.

E per quanto riguarda l'uso di una maschera contro il fumo?

Una normale maschera antipolvere di carta, i fazzoletti o le bandane non filtrano le particelle prodotte dal fumo di un incendio boschivo e perciò generalmente non sono molto utili per la protezione dei polmoni.

Le maschere speciali (classificate 'P1' o 'P2') sono adatte a filtrare il fumo di un incendio boschivo. Esse si possono comprare presso la maggior parte dei negozi di ferramenta e generalmente forniscono un maggior grado di protezione dall'inspirazione delle piccole particelle.

Tuttavia, prima di decidere se indossare o meno una maschera, dovresti considerare i seguenti aspetti:

- Esse possono essere calde e scomode da portare
- Se la maschera non aderisce bene al viso (per esempio, le maschere indossate dagli uomini con la barba non possono avere una buona aderenza), essa diventa molto meno efficace
- Le maschere non filtrano i gas come il monossido di carbonio
- Le maschere possono rendere più difficoltoso il respiro, quindi chiunque soffra di una malattia cardiaca o polmonare, prima di usarle deve consultare il medico, e
- Spesso è meglio rimanere in casa, lontano dal fumo, almeno che non sia assolutamente necessario lavorare all'aperto.

Precauzioni sanitarie – cosa posso fare?

Per minimizzare i possibili effetti dannosi alla salute durante un incendio boschivo, prendi in considerazione i seguenti consigli:

- Riduci al minimo l'attività fisica all'aperto (L'esercizio favorisce l'inspirazione profonda delle piccole particelle). Coloro che soffrono di malattie cardiache o polmonari, dovrebbero riposarsi il più possibile e tenersi lontano dal fumo.
- Stando in casa, tieni chiuse porte e finestre. Se hai l'aria condizionata accendila e programmala sulla funzione "ricicla o ricircola". Ciò ridurrà la quantità di fumo che penetra in casa.
- Se la tua abitazione si scalda troppo tanto da non essere più confortevole o vi penetra troppa aria esterna, recati per un po' in una biblioteca pubblica o in un centro commerciale con aria condizionata.

- Stando in casa, evita il più possibile altre fonti di inquinamento dell'aria, incluso il fumo delle sigarette, dei forni a legna o delle candele accese, l'uso di apparecchiature a gas senza canna fumaria o evita di smuovere la polvere fine scopando o passando l'aspirapolvere.
- Se il fumo scompare per un po', approfittane per dare aria alla casa e migliorare la qualità dell'aria interna.
- Chiunque soffra di una malattia polmonare o cardiaca dovrebbe avere in casa una scorta di medicine per almeno 5 giorni. Coloro che soffrono di asma dovrebbero seguire il loro piano di cura.
- Chiunque avesse problemi respiratori o dolore al petto dovrebbe consultare il medico immediatamente.
- Se non hai l'aria condizionata, prendi provvedimenti per ridurre lo stress da calore, specialmente nei giovanissimi, negli ammalati o negli anziani. (Consulta i collegamenti sul sito web: http://www.health.vic.gov.au/environment/emergency_mgmnt/index.htm#bushfires per informazioni sullo stress da calore e sul trattamento delle conseguenze del calore). Per gli aggiornamenti locali riguardanti le condizioni del fuoco e del fumo ascolta la stazione radio locale o guarda la televisione. Contatta il "Bushfire Information Line" (Linea d'Informazione sugli Incendi) al numero 1800 240 667. (TTY per i sordi telefonare al 1800 555 677 e quindi chiedere del numero 1800 240 667).
- Quando le condizioni del fumo diventano pericolose, tutti dovrebbero rimanere in casa ed evitare il più possibile le attività esterne. Le attività sportive esterne dovrebbero essere rimandate. Le persone sensibili al fumo dovrebbero temporaneamente trasferirsi in aree non colpite dal fumo e stare da un parente o da un amico.

Ulteriori informazioni

Per ulteriori informazioni riguardanti un incendio boschivo e il fumo, contatta:

- L'Environmental Health Section (Sezione Salute Ambientale) del tuo comune, o
- L'Environmental Health Unit (Unità Salute Ambientale) del Department of Human Services (Dipartimento Servizi Umani) al numero 1300 761 874.
- Tra le altre schede informative relative agli incendi boschivi e alla salute pubblica ci sono: "[Hazards on your property after a bushfire](#)" (Pericoli nella tua proprietà dopo un incendio boschivo) e "[Advice for people with water tanks living in bushfire-affected areas](#)" (Consigli per coloro che hanno i serbatoi dell'acqua e vivono in zone colpite da un incendio boschivo).

Entrambe le schede informative possono essere scaricate da:

www.health.vic.gov.au/environment/emergency_mgmnt/index.htm#bushfires

o possono essere richieste telefonando all'Environmental Health Unit del Department of Human Services al numero 1300 761 874.