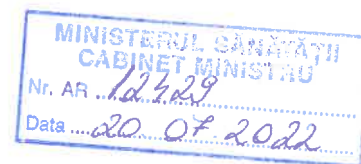




## MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

### CABINET MINISTRU



Către:

#### DIRECȚIILE DE SĂNĂTATE PUBLICĂ JUDEȚENE ȘI A MUNICIPIULUI BUCUREȘTI

In atentie: Doamnei/Domnului Director Executiv

**Având în vedere avertizările meteorologice pentru temperaturi crescute peste 35 grade C, în perioada ce urmează, revenim la adresa COSU nr. 1086/20.06.2022 și vă solicităm să întreprindeți următoarele măsuri :**

1. Difuzarea catre furnizorii de servicii medicale (medici de familie, spitale, Serviciile judetene de ambulanta) a Fisei de raportare a cazului de deces datorat caniculei, conform prevederilor OMS nr. 1168/2008 cu modificările și completările ulterioare.
2. Activarea Planului de interventie al Serviciului judetean de ambulanta in perioadele de canicula - stabilirea persoanelor repsonsabile, suplimentarea personalului și a numărului de ambulanțe
3. **Pentru perioadele cu avertizare de cod portocaliu și rosu, vor fi stabilite locurile de amplasare a punctelor de distribuie a apei potabile impreuna cu autoritatile administratiei publice locale;** stabilirea modului de informare – colaborare in vederea operativitatii acestei activitati in perioadele de canicula;

Se vor putea amplasa corturi pe spatiul public numai pentru distributie de apa potabila, cu utilizarea sistemelor de racire (dozatoare conectate la curent electric, frigidere).

Pentru perioadele cu cod rosu, se pot organiza puncte de prim ajutor care se vor amplasa numai în spatii publice climatizate (scoli, gradinite, supermarketuri, farmacii, alte institutii publice), localizate in zone cu circulatie intensa, vizibil semnalizate. In acest sens, vă rugăm să stabiliți lista punctelor de prim ajutor si personalul care va deservi aceste puncte.

Lista va fi publicată pe site-ul institutiei dvs si se va transmite și la adresa : [cosu@ms.ro](mailto:cosu@ms.ro) până cel târziu **mâine 21.07.2022 orele 12.00.**

În cazul actualizării listei punctelor de prim ajutor informațiile vor fi cuprinse în raportarea zilnică de la ora 10.00.

4. Verificarea conditiilor de asigurare a asistentei medicale in unitatile sanitare – asigurarea stocurilor de medicamente de urgenta, in special a medicamentelor pentru patologiiile determinate/agravate de canicula, functionalitatea generatoarelor de rezerva, asigurarea rezervelor de apa proprii ale unitatilor sanitare
5. Verificarea conditiilor igienico –sanitare, de cazare si alimentatie, din taberele scolare
6. Verificarea respectarii conditiilor igienico-sanitare din unitatile cu profil alimentar (depozitarea, prelucrarea si comercializarea produselor alimentare) si verificarea controlului medical periodic al persoanelor angajate in aceste unitati.
7. Verificarea conditiilor de colectare, depozitare si evacuare a deseurilor menajere

8. Asigurarea materialelor informativ-educative pentru populație privind măsurile care trebuie adoptate în timpul perioadelor de canicula, în vederea diminuării efectelor negative ale temperaturilor ridicate asupra stării de sănătate. Vă transmitem anexat recomandările cadru cadru pentru prevenirea incidentelor în timpul perioadelor de temperaturi extreme .

Menționăm că raportarea se va face numai pentru zilele în care se înregistrează temperaturi de **35 grade C și peste 35 grade C** și sunt necesare instituirea de măsuri conform Ord MSP nr 1168/2008 modificat prin Ord.M.S. nr 904/2009.

**Reportarea datelor se va realiza zilnic, la Centrul Operativ pentru Situații de Urgență, până la orele 10.00 pentru ziua precedentă, numai pe adresa de email [cosu@ms.ro](mailto:cosu@ms.ro) conform anexei:**

Data raportării:

Nr. crt.	UNITATEA SANITARĂ	NUMĂR
1.	Nr.persoane cazute în stradă (lipotimii, deshidratări)	
2.	Nr.decese datorate caniculei	
3.	Nr.puncte de prim ajutor	
4.	Nr. solicitări SAJ	
5.	Procentul de creștere a numărului de solicitări la SAJ față de ziua precedentă	
6.	Nr. ambulanțe mobilizate pentru intervenție în județ	
7.	Nr. necesar de ambulanțe suplimentare	
8.	Personal SAJ suficient	
9.	Dacă nu, care este necesarul de personal	
10.	Nr. acțiuni control efectuate de ISS	
11.	Nr. neconformități identificate și măsuri dispuse pentru remediere.	

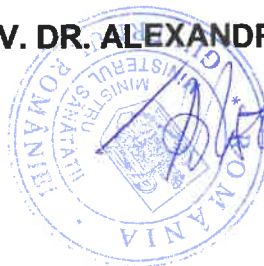
În cazul deceselor, acestea vor fi raportate doar însoțite de confirmarea decesului prin canicula, prin direcțiile de sănătate publică județene.

**Datele se vor raporta numai prin Direcțiile de sănătate publică județene și a municipiului București.**

Cu stima,

**MINISTRUL SĂNĂTĂȚII**

**PROF. UNIV. DR. ALEXANDRU RAFILA**



## Anexa 3

### I. Recomandari cadru pentru prevenirea incidentelor in timpul perioadelor de temperaturi extreme :

#### 1) Recomandari pentru populatia generala

- a) Evitați, pe cât posibil, expunerea prelungită la soare între orele 11 – 18;
- b) Dacă aveți aer condiționat, reglați aparatul astfel încât temperatura să fie cu 5 grade mai mică decât temperatura ambientală;
- c) Ventilatoarele nu trebuie folosite dacă temperatura aerului depășește 32 grade Celsius;
- d) Dacă nu aveți aer condiționat în locuință, la locul de muncă, petreceți 2-3 ore zilnic în spații care beneficiază de aer condiționat (cinematografe, spații publice, magazine);
- e) Purtați pălării de soare, haine lejere și ample, din fibre naturale, de culori deschise;
- f) Pe parcursul zilei faceți dușuri calde, fără a vă șterge de apă;
- g) Beți zilnic între 1,5 – 2 litri de lichide, fără a aștepta să apară senzația de sete. În perioadele de caniculă se recomandă consumul unui pahar de apă (sau echivalentul acestuia) la fiecare 15 – 20 de minute.
- h) Nu consumați alcool (inclusiv bere sau vin) deoarece acesta favorizează deshidratarea și diminuează capacitatea de luptă a organismului împotriva căldurii;
- i) Evitați băuturile cu conținut ridicat de cofeina (cafea, ceai, cola) sau de zahăr (sucuri racoritoare carbogazoase) deoarece acestea sunt diuretice;
- j) Consumați fructe și legume proaspete (pepene galben, roșu, prune, castarveți, roșii) deoarece acestea conțin o mare cantitate de apă;
- k) O doză de iaurt produce aceeași hidratare ca și un pahar de apă;
- l) Evitați activitățile în exterior care necesită un consum mare de energie (sport, gradinarit, etc).
- m) Aveți grijă de persoanele dependente de voi (copii, vârstnici, persoane cu dizabilități) oferindu-le, în mod regulat lichide, chiar dacă nu vi le solicită;
- n) Păstrați contactul permanent cu vecini, rude, cunoștințe care sunt în vârstă sau cu dizabilități, interesandu-vă de starea lor de sănătate.

Cum putem să limităm creșterea temperaturii în locuințe:

- Inchideți ferestrele expuse la soare, trageți jaluzelele și/sau draperiile;
- Țineți ferestrele închise pe toată perioada cât temperatura exterioară este superioară celei din locuință.
- Deschideți ferestrele seara târziu, noaptea și dimineața devreme, provocând curenți de aer, pe perioada cât temperatura exterioară este inferioară celei din locuință.

- Stingeți sau scadeți intensitatea luminii artificiale.
- Închideți orice aparat electro-casnic de care nu aveți nevoie.

## 2. Recomandari pentru prevenirea aparitiei de imbolnaviri in randul copiilor

### 2.1 Pentru sugari si copiii mici

- a) realizarea unui ambient cat mai normal, ferit de cadura, umiditate excesiva si curenti de aer.
- b) Nu se recomanda introducerea de alimente noi in alimentatia sugarilor
- c) se va realiza hidratarea corespunzatoare, iar pentru sugari mama va alapta ori de cate ori sugarul solicita
- d) copilul va fi imbracat lejer, cu hainute din materiale textile si nu va fi scos din casa decat in afara perioadelor caniculare din zi,
- e) copiii vor primi apa, ceai foarte slab indulcit, fructe proaspete si foarte bine spalate
- f) mamele care alapteaza trebuie sa se hidrateze corespunzator cu apa, ceai slab indulcit, sucuri naturale. Se va evita in acelasi timp consumul de cafea sau alcool si vor avea grija sa mentina o igiena riguroasa a sanului si evident igiena generala
- g) la cel mai mic semn de suferinta al copilului sau mamei, acestia se vor prezenta la medicul de familie care va decide conduita terapeutica
- h) atentie deosebita se va acorda conditiilor de igiena atat pentru copil cat si pentru mama. Copilul va fi tinut cu hainute sau scutece curate si mama se va ingriji de igiena riguroasa a pielii acestuia. In acest sens copilul va fi imbaiat cel putin odata pe zi, si obligatoriu seara la culcare iar in restul timpului i se va face toaleta locala ori de cate ori este nevoie.
- i) copiilor li se vor face dusuri cu apa la temperatura camerei.

### 2.2 Pentru copiii aflati in tabere

- se vor asigura conditii corespunzatoare de cazare,
- alimentele trebuie sa respecte riguros normele de igiena si sa fie proaspete.
- se va avea grija de hidratarea corespunzatoare a copiilor
- copiii vor fi supravegheati, iar locul de joaca va fi amplasat la umbra, in afara orelor de canicula avand capul protejat de palariute.
- scaldatul, acolo unde e cazul, va fi facut sub absoluta supraveghere a insotitorului.

## 3. Recomandari pentru persoanele varstnice si cu afectiuni cronice

- a) creearea unui ambient care sa nu suprasolicite capacitatea de adaptare a organismului
- b) hidratare corespunzatoare cu apa, ceai slab indulcit, sucuri naturale de fructe
- c) alimentatia va fi predominat din legume si fructe proaspete
- d) se vor consuma numai alimente proaspete din magazinele care dispun de instalatii frigorifice functionale de pastrare a alimentelor. Se va evita consumul alimentelor usor perisabile
- e) Se recomanda evitarea consumului de alcool si cafea in timpul caniculei

- f) se va evita circulatia in perioadele de varf ale caniculei, sau daca este absolut necesar se va folosi imbracaminte usoara precum si palarie de protectie pe cap
- g) persoanele care sufera de anumite afectiuni isi vor continua tratamentul conform indicatiilor medicului. Este foarte util ca in aceste perioade, persoanele cu afectiuni cronice, cardio-vasculare, hepatice, renale, pulmonare, de circulatie, mentale sau cu hipertensiune sa consulte medicul curant in vederea adaptarii schemei terapeutice la conditiile existente
- h) mentinerea cu rigurozitate a igienei personale.

#### 4. Recomandari pentru persoanele care prin natura activitatilor lor depun un efort fizic deosebit

- a) acestia vor incerca dozarea efortului in functie de perioadele zilei incercand se evite excesul de efort in varfurile de canicula. Daca valorile de caldura sunt foarte mari se va proceda la stoparea activitatii
- b) se va asigura hidratarea corespunzatoare cu apa minerala, apa plata sau apa cu proprietati organoleptice corespunzatoare, ceai slab indulcit, sucuri naturale de fructe facute in casa fara adaus de conservanti
- c) este total contraindicat consumul de cafea si alcool in aceasta perioada.
- d) utilizarea unui echipament corespunzator, din materiale vegetale si echipament pentru protejarea capului de efectele caldurii excesive

#### 5. Recomandari pentru angajatori :

##### 5.1. Pentru ameliorarea condițiilor de muncă:

- a) reducerea intensității și ritmului activităților fizice;
- b) asigurarea ventilației la locurile de muncă;
- c) alternarea efortului dinamic cu cel static;
- d) alternarea perioadelor de lucru cu perioadele de repaus în locuri umbrite, cu curenți de aer.

##### 5.2 Pentru menținerea stării de sănătate a angajaților:

- a) asigurarea necesarului de apa potabila, câte 2 - 4 litri/persoană/schimb;
- b) asigurarea echipamentului individual de protecție;
- c) asigurarea de dușuri.

#### II. Recomandari generale pentru situatiile de cod rosu :

- reduceti deplasarile la cele esentiale
- nu va deplasati intre orele 11.00-17.00
- consumati lichide intre 2- 4 litri /zi
- nu consumati alcool
- daca faceti tratamente pentru afectiuni cronice, luati-va medicamentele in mod regulat, cu multa apa,
- nu scoateti copii sub 3 ani afara decat inainte de ora 9 dimineata si dupa ora 20.00
- evitati mancarurile grele si mesele copioase
- folositi serviciile medicale spitalicesti sau de urgenta doar in cazuri justificate ; pentru probleme curente de sanatate anuntati telefonic medicul de familie.