



Repubblica e Cantone
Ticino

Dipartimento della sanità e della socialità
Dipartimento delle finanze e dell'economia

Comunicato stampa

Dipartimento della sanità e della socialità
Dipartimento delle finanze e dell'economia

24 giugno 2026

Canicola: allerta di livello 4 (pericolo forte)

A partire da oggi, nelle basse quote del Ticino entra in vigore il livello 4 di allerta canicola emesso da MeteoSvizzera, valido fino a martedì 30 giugno. Il Gruppo operativo salute e ambiente (GOSA) ribadisce l'importanza di adottare misure per proteggersi e ridurre i rischi sanitari, di prestare particolare attenzione alle persone più fragili, e alle persone che svolgono attività lavorative all'aperto. È fortemente raccomandato ridurre le attività all'aperto nelle ore più calde.

Durante questo periodo di caldo intenso tutti, comprese le persone che godono di buona salute, possono soffrire forti disagi dovuti alla ridotta capacità del corpo di contrastare e ridurre la temperatura in eccesso ed essere a rischio di sviluppare patologie gravi quali il colpo di sole, il colpo di calore e il collasso di calore. Si ricorda alle persone che soffrono di patologie croniche, in particolare cardiovascolari, respiratorie, renali o psichiche, che alcuni farmaci possono influire sulla termoregolazione e favorire la disidratazione: si consiglia di consultare il medico curante o il farmacista.

Raccomandazioni per la popolazione:

- bere molta acqua e mangiare cibi freschi e leggeri, consumando frutta e verdura;
- evitare le bevande alcoliche;
- evitare l'attività fisica in generale ed in particolare durante le ore più calde della giornata;
- rinfrescare le abitazioni oscurando le finestre durante il giorno e arieggiando bene durante la notte;
- rinfrescare il più possibile il corpo con docce, stando in casa o in zone fresche e, se possibile, in ambienti climatizzati nelle ore di maggiore caldo;
- proteggere adeguatamente la pelle contro gli effetti nocivi del sole: indossare abiti leggeri, non aderenti e di colore chiaro, preferibilmente a maniche lunghe, che consentano l'evaporazione tramite il sudore ma che proteggono dal calore elevato e applicare la crema solare;
- indossare un copricapo;
- contattare le persone vicine (parenti, vicini di casa, in particolare gli anziani che sono soli e/o con malattie croniche) e assicurarsi che stiano bene e che seguano (e siano in grado di seguire) le raccomandazioni diramate;
- tenersi informati attraverso i mass-media, i bollettini meteorologici o consultando la App di MeteoSvizzera.

Raccomandazioni per lattanti, bambini e persone particolarmente sensibili:

I meccanismi fisiologici di protezione contro il caldo (traspirazione, vasodilatazione) sono meno performanti nei lattanti, nei bambini, nelle persone anziane e/o persone affette da malattie croniche e/o che assumono farmaci regolarmente. Per i lattanti in carrozzina è molto importante non chiudere con un telo la cappottina al fine di permettere all'aria di circolare. Per le persone particolarmente sensibili alla canicola è inoltre consigliabile:

- fare o far fare più spesso la doccia e bere o far bere acqua;
- informare i vicini o i servizi sociali se si deve passare un periodo da soli;
- consultare il medico o il farmacista.

Raccomandazioni a tutela della salute dei lavoratori:

- prevedere una ventilazione naturale o meccanica (ventilatori, cortine d'aria) per un rinnovo d'aria più frequente e una maggiore velocità di circolazione;
- negli spazi limitati (ad es. cabina di guida o di una gru) l'aria dovrebbe essere raffreddata;
- raffreddamento notturno per rinfrescare i locali e aerare bene nelle prime ore del mattino;
- fare in modo di non lavorare durante le ore più calde della giornata (per esempio, di comune accordo con i lavoratori, inizio della giornata alle ore 06:00);
- laddove possibile ridurre la mole di lavoro e il lavoro muscolare (muscolatura delle braccia, delle gambe e del tronco) allo stretto necessario;
- ridurre la durata di permanenza nelle zone calde indispensabili alla produzione;
- preferire diverse pause brevi più efficaci rispetto a poche pause lunghe (almeno 10 minuti ogni ora), fornire la possibilità di riposarsi in un locale fresco e gradevole;
- usare dispositivi di protezione per il capo e occhiali da sole e indossare abiti leggeri, larghi e di colore chiaro, che consentono l'evaporazione tramite il sudore, ma che ostacolano il calore elevato;
- applicare una crema solare;
- bere acqua fresca o tè poco zuccherato in quantità sufficiente prima di avvertire la sensazione di sete: si consiglia di assumere 2,5 decilitri 30 minuti prima di iniziare il lavoro e la stessa quantità ogni 20 minuti;
- mangiare cibi freschi e leggeri e nessun consumo di alcol;
- formare il personale sui pericoli legati al caldo e sui sintomi da stress termico e comunicare le misure stabilite;
- verificare periodicamente il piano dei provvedimenti per assicurarsi che sia aggiornato e per prevedere, se necessario, ulteriori misure di miglioramento.

Si ricorda che la tutela della salute dei lavoratori e delle lavoratrici è un obbligo del datore di lavoro (art. 6 della Legge federale sul lavoro). La mancata applicazione di misure di protezione può essere perseguita penalmente.

Per approfondimenti sulle allerte canicola e sulle misure di protezione della salute:

- www.ti.ch/canicola
- www.meteosvizzera.ch
- www.pericolinaturali.ch
- www.ti.ch/ispettorato-lavoro

In caso di urgenza rivolgersi sempre al servizio 144.