
Caldo: Coldiretti/Ixè, 6 italiani su 10 tagliano i consumi del condizionatore. Il decalogo per combattere i colpi di calore

Nonostante il caldo e l'afa per i rincari dell'energia 6 italiani su 10 (60%) che dispongono in casa del condizionatore hanno deciso quest'estate di ridurre i consumi tenendo la temperatura più alta del solito. È quanto emerge dall'indagine Coldiretti/Ixè sui comportamenti estivi degli italiani che evidenzia gli effetti dell'aumento dei prezzi sui consumi. Un impegno che evidenzia il senso di responsabilità degli italiani di fronte alle restrizioni annunciate per il prossimo autunno ma che – sottolinea la Coldiretti - conferma anche la situazione di difficoltà economica che costringe a tagliare su beni essenziali come il cibo e l'energia. Nel comunicato diffuso oggi, la Coldiretti dà anche una serie di consigli e regole di “buon senso” per combattere il caldo come ridurre al minimo le esposizioni ai raggi solari, specie nelle ore centrali della giornata, vestirsi con abiti leggeri chiari di cotone o in altre fibre naturali, fare docce tiepide, stare in luoghi ombreggiati, ma soprattutto difendersi con un'alimentazione con acqua e cibi rinfrescanti come frutta e verdura di stagione, ricche di potassio, calcio e ferro, indispensabili per rinvigorire l'organismo e reintegrare acqua e sali minerali persi con l'eccessiva sudorazione. La perdita di liquidi e di elettroliti è – conclude la Coldiretti – il rischio peggiore nelle giornate con picchi di temperatura, una condizione che pericolosa soprattutto per le categorie più a rischio come bambini ed anziani.

M. Chiara Biagioni