

Ridurre la temperatura corporea

Quando fa molto caldo, la temperatura corporea può innalzarsi provocando sensazioni di disagio, fino a giungere al più grave colpo di calore nelle persone più suscettibili (come ad esempio bambini, anziani, malati cronici). Quando si è accaldati è consigliabile fare bagni e docce con acqua tiepida, bagnare viso e braccia con acqua fresca. Controllare regolarmente la temperatura corporea di lattanti e bambini piccoli.