

Estate: difendersi dal caldo

D'estate con le alte temperature è più facile andare incontro a crampi e colpi di calore ed è pertanto importante seguire certi accorgimenti. Sul nostro sito è a vostra disposizione una sezione dedicata alla salute con i consigli di un medico. Gli esperti della polizia vi suggeriscono come affrontare nel modo migliore i mesi più caldi dell'anno; bere molta acqua, ma soprattutto mangiare frutta e verdura cruda serve, ad esempio, a integrare sali minerali.

21/07/2008