



Un tocco di "verde" al tuo Ambulatorio

Prevenire l'inquinamento significa prevenire le malattie

Promuovere e tutelare la salute significa mettere in atto azioni volte anche alla salvaguardia dell'ambiente e delle risorse primarie e non rinnovabili.

Sostenere gli investimenti e i comportamenti a favore dell'ambiente in sanità (*Green Health Services*) rientra tra le decisioni assunte dai Ministri per la Salute e per l'Ambiente dei 53 paesi della regione europea che hanno partecipato nel 2010 alla V Conferenza interministeriale "Ambiente e Salute" dell'OMS a Parma.

Investire su una Sanità a risparmio energetico è fra gli obiettivi del Piano Integrato Sociale e Sanitario 2012-2015 toscano, poiché la riduzione delle emissioni oltre che beneficia per l'ambiente e la salute, può riflettersi in una significativa riduzione dei costi di funzionamento delle strutture sanitarie.

ISDE-Italia e ARPAT hanno lavorato per proporre l'**Ambulatorio verde** come buona pratica orientata alla sostenibilità rivolta ai medici e ai pediatri di base, in collaborazione con la ASL 8 e il Comune di Arezzo.

L' **Ambulatorio verde** è un ambulatorio attento al suo impatto ambientale, che utilizza materiali non tossici, riduce i consumi e i rifiuti, realizza la raccolta differenziata, presta attenzione agli acquisti verdi, e promuove la tutela della salute e dell'ambiente.



La salute dell'ambiente in 5 mosse

Regione Toscana



Usa l'Ambulatorio verde come momento educativo per i pazienti e la comunità

Promuovi stili di vita sani e sostenibili

Fai in modo che i tuoi pazienti adottino una vita attiva per la salute e l'ambiente. Promuovi una dieta sana, ricca di frutta e verdura, consumi di stagione e locali. Dai informazioni e strumenti utili a portare simili cambiamenti nelle loro case e nei loro posti di lavoro.

Sostieni la qualità ambientale nella comunità

Assumi e valuta i temi ambientali del territorio come gli altri determinanti di salute. Segnala esigenze di formazione e informazione alle strutture pubbliche attive nella tematica ambiente e salute. Interagisci con gli amministratori locali per il miglioramento dell'ambiente. Usa le evidenze scientifiche sugli impatti sulla salute dei cambiamenti climatici e dell'inquinamento *indoor* e *outdoor* per accrescere le competenze dei tuoi pazienti e della comunità.

Per informazioni a riguardo: d.scala@arpat.toscana.it, isde@ats.it

Iscriviti a newsletter di natura ambientale che trattano di salute come:
isde@ats.it; arpatnews@arpat.toscana.it

2. Riduci i fattori inquinanti

3. Fai acquisti "verdi" per il tuo ambulatorio

4. Riduci i rifiuti e migliora il sistema di raccolta differenziata

5. Promuovi la sostenibilità ambientale

1. Razionalizza i consumi



Un Ambulatorio verde è un ambulatorio più sano e sostenibile, per i pazienti, per i collaboratori e per gli stessi medici

1. RAZIONALIZZA I CONSUMI

Usa meno carta

Stampa da entrambi i lati del foglio o sul retro di un foglio usato e solo le pagine di cui hai bisogno.

Gestisci i dati dei pazienti sul computer per ridurre al minimo le stampe.

Non distribuire i volantini informativi ma attaccali in un'area centrale dell'ambulatorio.

Usa meno energia

Spegni le luci fuori degli orari lavorativi o comunque quando non servono dando disposizioni al personale, compreso quello addetto alle pulizie dell'ambulatorio.

Spegni computer e altri strumenti (ecografi, ECG, ecc.) durante il week-end e anche durante il giorno, quando non vengono usati per un lungo periodo di tempo.

Disinserisci tutti gli apparecchi dalle prese o usa ciabatte multipresa con interruttore, spegnere e accendere non rovina le macchine.

Sostituire 100 risme di carta vergine con carta riciclata fa risparmiare circa 3.3 alberi, 0.7 barili di petrolio, 1.025 KWH di elettricità e 7.945 litri d'acqua

2. FAI ACQUISTI VERDI

Per la carta da ufficio e quella igienico-sanitaria usa preferibilmente carta riciclata dotata di etichette ambientali ISO Tipo I, ossia etichette che garantiscano un basso impatto ambientale nell'intero "ciclo di vita" del prodotto (inquinamento dell'aria e dell'acqua uso di sostanze pericolose, ecc..)

Esempi di etichette riguardanti il basso impatto ambientale del prodotto



Ecolabel Europeo



Blauer Engel



Nordic Swan

In alternativa, usa carta dotata di etichette ambientali che garantiscono una gestione responsabile delle foreste.

Esempi di etichette riguardanti la gestione responsabile delle foreste



FSC (Forest Stewardship Council)
www.fsc-italia.it



PEFC (Programme for the Endorsement of Forest Certification schemes)
http://www.pefc.it/

Cerca prodotti di cancelleria in materiale riciclato (cartucce toner, post-it, penne, lapis ecc.).

Ricarica le cartucce del toner e contatta allo scopo operatori del settore della rigenerazione.

3. RIDUCI I RIFIUTI E MIGLIORA IL SISTEMA DI RACCOLTA DIFFERENZIATA

Organizza contenitori appositi per raccogliere carta, vetro, alluminio, plastica e distingui chiaramente i materiali da differenziare dagli altri.

Chiama il tuo Comune per sapere come organizzarti per la raccolta differenziata.

Se non fornisce ancora il servizio chiedi di fornirlo.

Impegnati a non produrre rifiuti indifferenziati.

Riduci e differenzia i farmaci scaduti

Evita di prescrivere farmaci in eccesso quando solo piccole dosi della sostanza attiva vengono usate.

Pensa agli effetti sull'ambiente dei farmaci, ad esempio consulta la classificazione svedese (http://fass.se/LIF/produktfakta/fakta_lakare_artikel.jsp?articleID=84645), evitando di prescrivere farmaci che hanno lunga persistenza nell'ambiente, se esistono altri prodotti adeguati.

Ricorda ai pazienti e ai loro familiari che i farmaci scaduti o non usati devono essere conferiti alla raccolta differenziata, attraverso le farmacie.

Incoraggia lo smaltimento sicuro anche per cerotti medicati e inalatori usati.

4. RIDUCI I FATTORI INQUINANTI PER LA PULIZIA E LA SANIFICAZIONE DELL'AMBULATORIO

Adotta sistemi di sterilizzazione chimica senza glutaraldeide o fisici come le autoclavi.

Riduci l'uso di sostanze chimiche, preferendo prodotti per la pulizia non tossici, a ridotto impatto ambientale.

5. PROMUOVI LA SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE E ADOTTA L'APPROCCIO DELL'EFFICIENZA ENERGETICA



Verifica la classe energetica dell'ambulatorio e le etichette energetiche delle attrezzature in uso. Installa impianti di illuminazione a risparmio energetico e meno pericolosi, come le lampade fluorescenti compatte (comunemente dette "a risparmio energetico"), dotate di etichette ambientali ISO Tipo I, come l'etichetta Ecolabel Europeo, o dotate delle "classi energetiche" più elevate fra quelle riportate sull'etichetta energetica obbligatoria.

Acquista prodotti/attrezzature in classe energetica elevata, come frigoriferi piccoli, di classe energetica A+++ modelli "no frost".

Installa condizionatori in classi energetiche A, con regolatore di velocità (inverter).

Installa caldaie a condensazione, che sono le più efficienti ad oggi e con minori impatti ambientali.

*Un ambulatorio di 100 mq emette CO2 in atmosfera pari a: $6.900 + 2.700 = 9.600\text{Kg/anno}$.
Se si sostituisce la caldaia normale con una a condensazione a solare termico e si installa un impianto fotovoltaico da 3 kWp si evitano 1.785 Kg annui di emissioni di CO2 pari al 19% in meno, con un risparmio di euro 2.000 annui tra energia elettrica e energia termica*

Installa sensori di occupazione nelle stanze poco usate come ripostigli, stanze da conferenze, riunioni, bagni. I sensori rilevano la presenza di gente nella stanza e automaticamente le luci si accendono e si spengono.

Non mancare di usare l'ambulatorio per diffondere le tematiche ambientali

AGGIORNATI CONTINUAMENTE SULLE TEMATICHE AMBIENTALI E DIVULGA LE TUE CONOSCENZE PRESSO I PAZIENTI
AFFIGGI POSTER, LOCANDINE E RENDI VISIBILE IL MATERIALE INFORMATIVO CHE HAI SULLA SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE