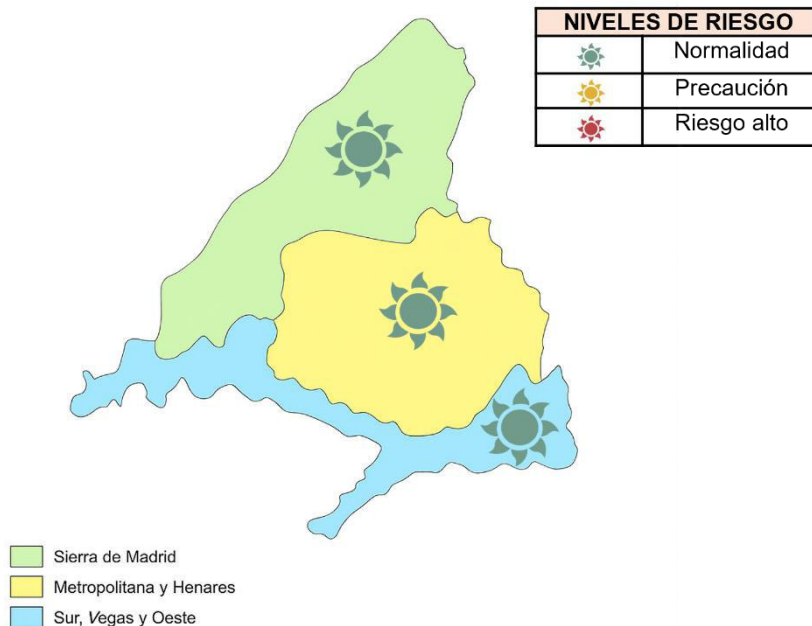


Niveles de riesgo para hoy, viernes 15 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
viernes, 15 mayo	14,9 °C	17,0 °C	18,0 °C
sábado, 16 mayo	18,5 °C	19,7 °C	20,2 °C
domingo, 17 mayo	19,6 °C	22,0 °C	23,3 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
ALTO, necesita protección**

(Fuente: AEMET)

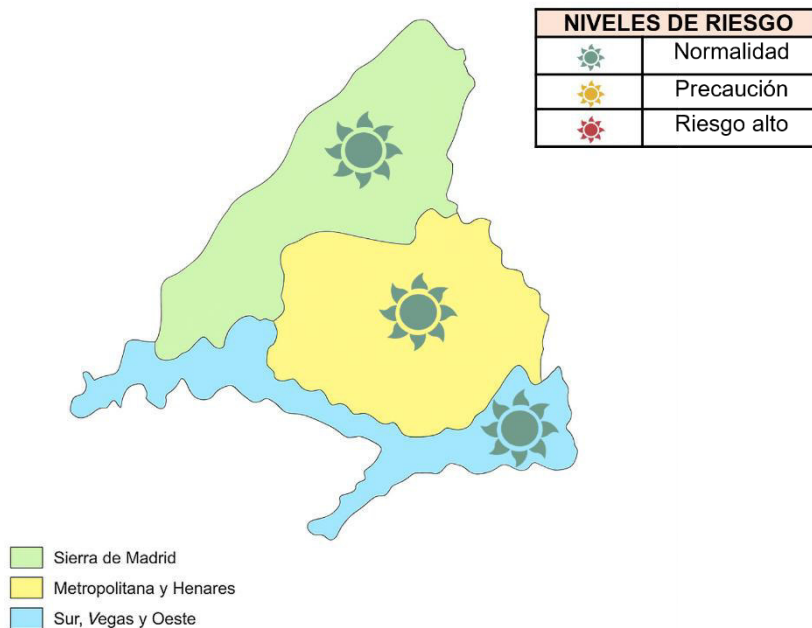


[Más información *Calor y Salud*](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, sábado 16 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
sábado, 16 mayo	18,8 °C	20,0 °C	20,7 °C
domingo, 17 mayo	19,5 °C	22,3 °C	23,6 °C
lunes, 18 mayo	21,1 °C	23,4 °C	25,0 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

Índice UV máximo previsto para hoy:
ALTO, necesita protección

(Fuente: AEMET)

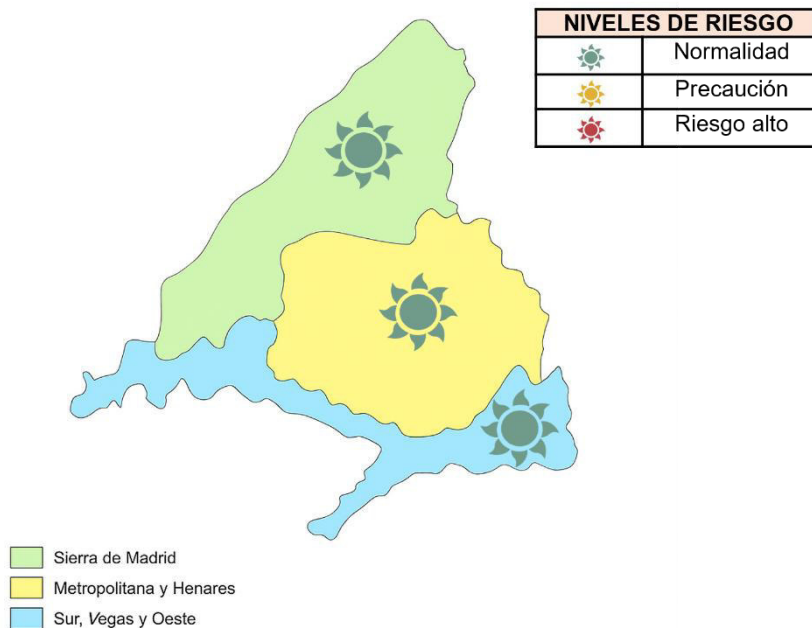


[Más información *Calor y Salud*](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, domingo 17 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
domingo, 17 mayo	19,5 °C	22,9 °C	23,5 °C
lunes, 18 mayo	21,9 °C	23,5 °C	25,5 °C
martes, 19 mayo	24,1 °C	26,1 °C	27,0 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

Índice UV máximo previsto para hoy:
ALTO, necesita protección

(Fuente: AEMET)

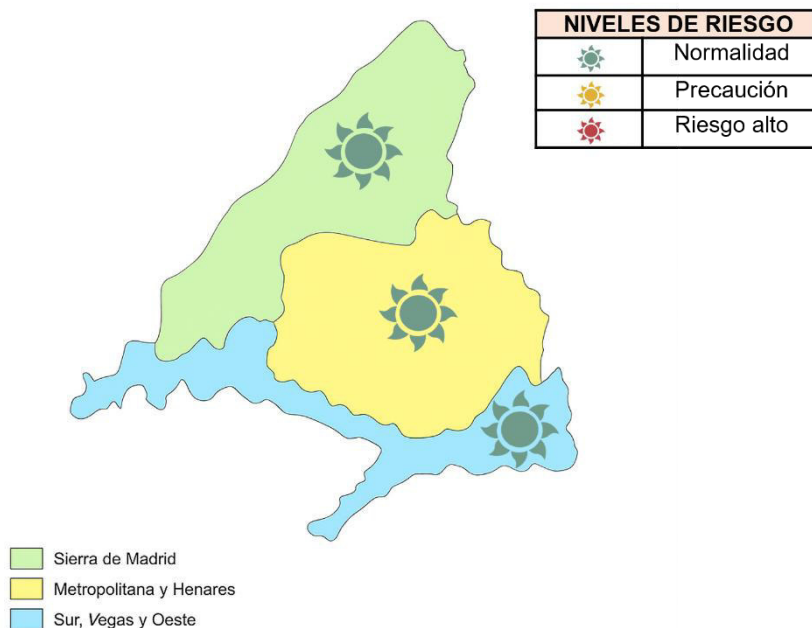


[Más información *Calor y Salud*](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, lunes 18 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
lunes, 18 mayo	21,9 °C	24,2 °C	25,3 °C
martes, 19 mayo	24,8 °C	27,0 °C	27,6 °C
miércoles, 20 mayo	27,5 °C	30,6 °C	31,5 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

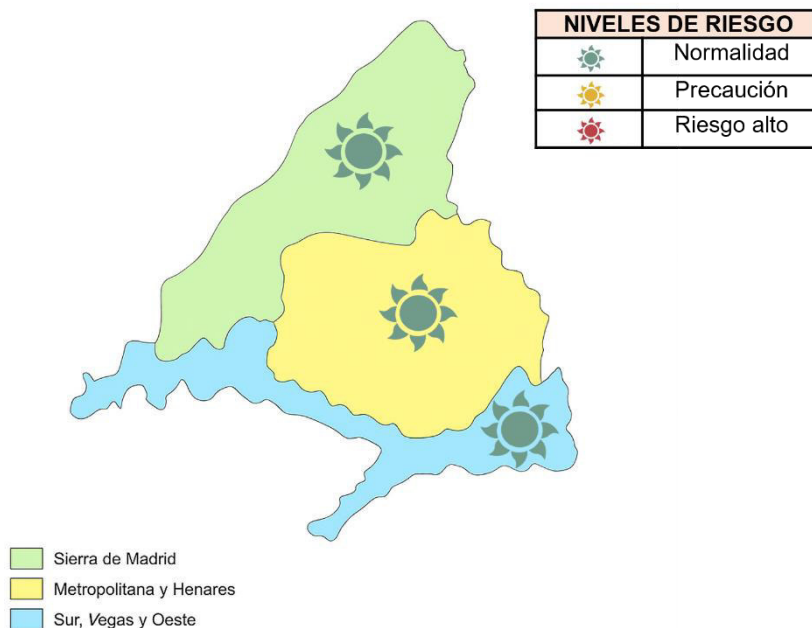


[Más información](#) [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, martes 19 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
martes, 19 mayo	24,4 °C	26,8 °C	27,5 °C
miércoles, 20 mayo	27,5 °C	30,4 °C	31,2 °C
jueves, 21 mayo	29,4 °C	32,2 °C	33,0 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

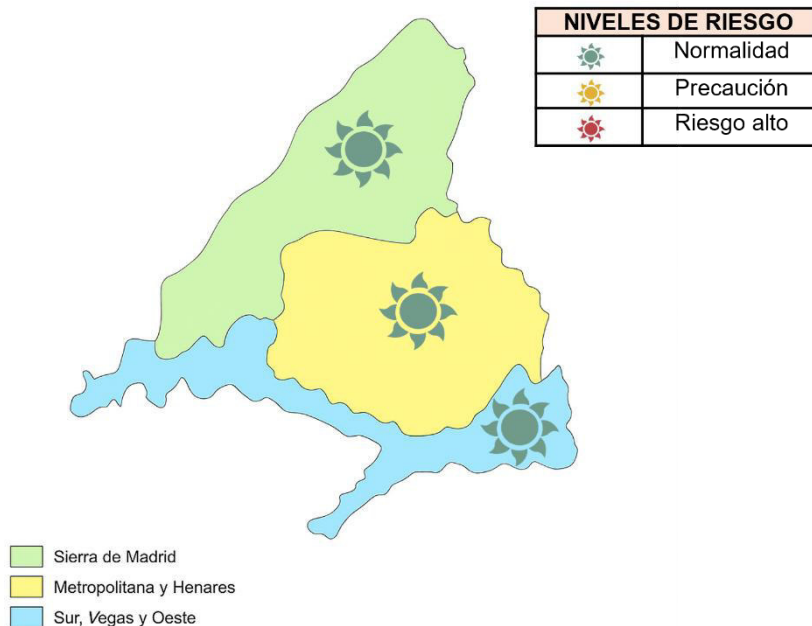


[Más información Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, miércoles 20 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
miércoles, 20 mayo	27,4 °C	30,1 °C	31,3 °C
jueves, 21 mayo	29,1 °C	32,2 °C	33,0 °C
viernes, 22 mayo	30,1 °C	33,2 °C	34,1 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

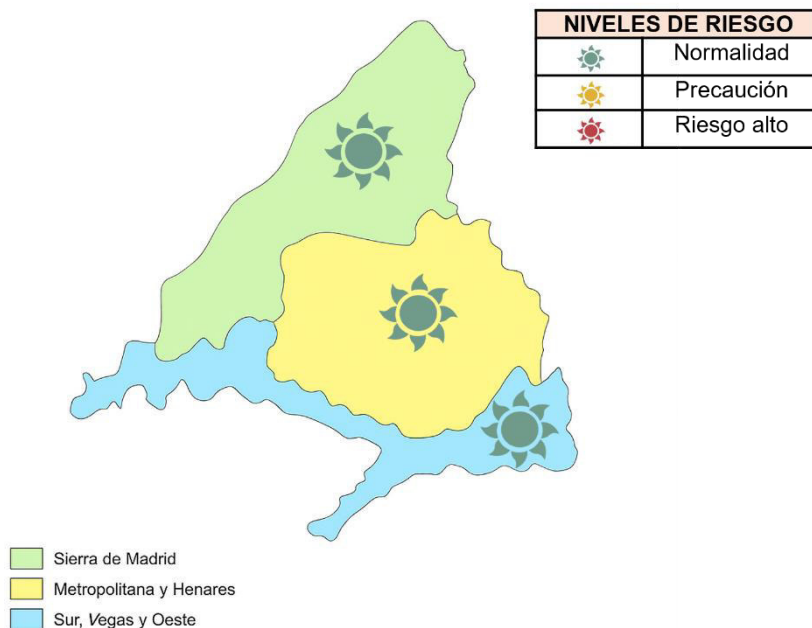


[Más información *Calor y Salud*](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, jueves 21 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
jueves, 21 mayo	29,0 °C	31,9 °C	32,8 °C
viernes, 22 mayo	30,2 °C	33,1 °C	33,6 °C
sábado, 23 mayo	30,5 °C	33,3 °C	34,0 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

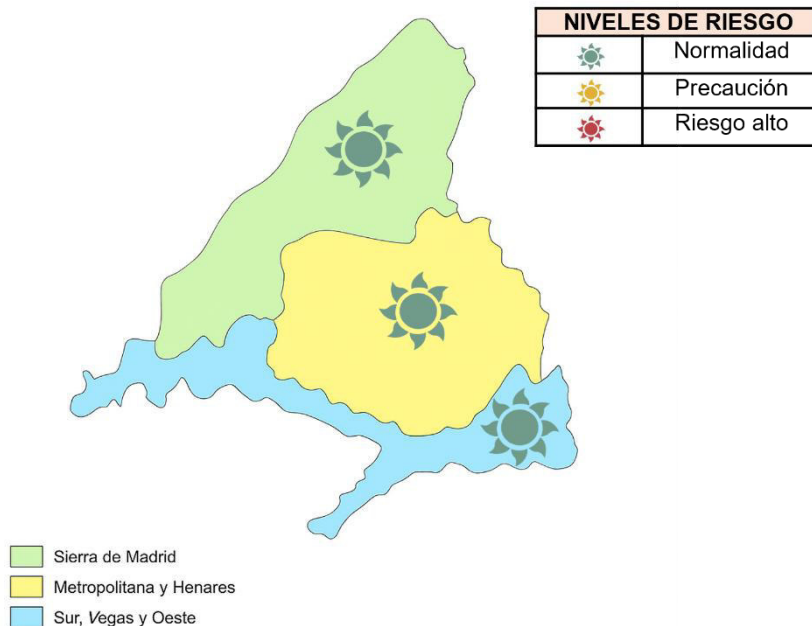
9

[Más información](#) [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, viernes 22 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
viernes, 22 mayo	30,1 °C	32,8 °C	33,2 °C
sábado, 23 mayo	30,2 °C	33,0 °C	33,7 °C
domingo, 24 mayo	30,8 °C	33,2 °C	33,7 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

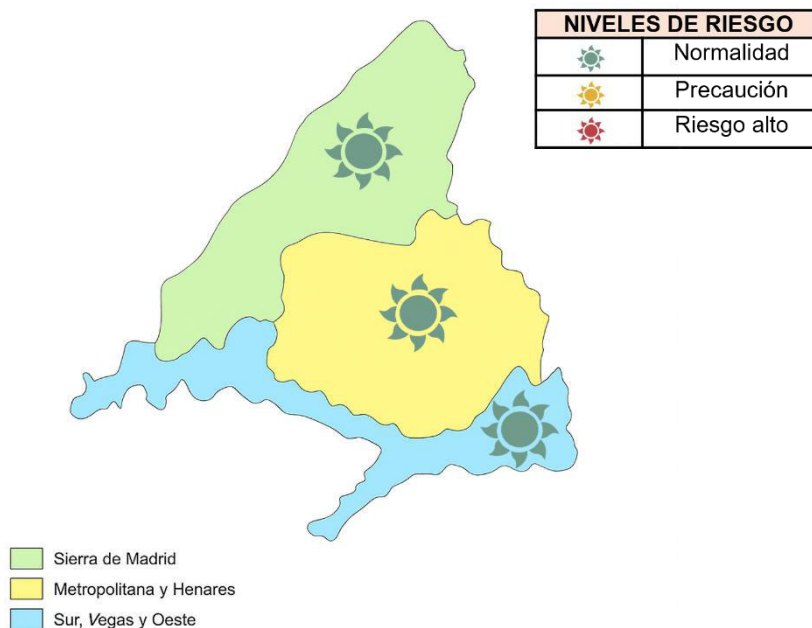


[Más información](#) [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, sábado 23 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
sábado, 23 mayo	29,7 °C	32,5 °C	33,0 °C
domingo, 24 mayo	30,1 °C	32,6 °C	33,0 °C
lunes, 25 mayo	29,6 °C	32,4 °C	32,9 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

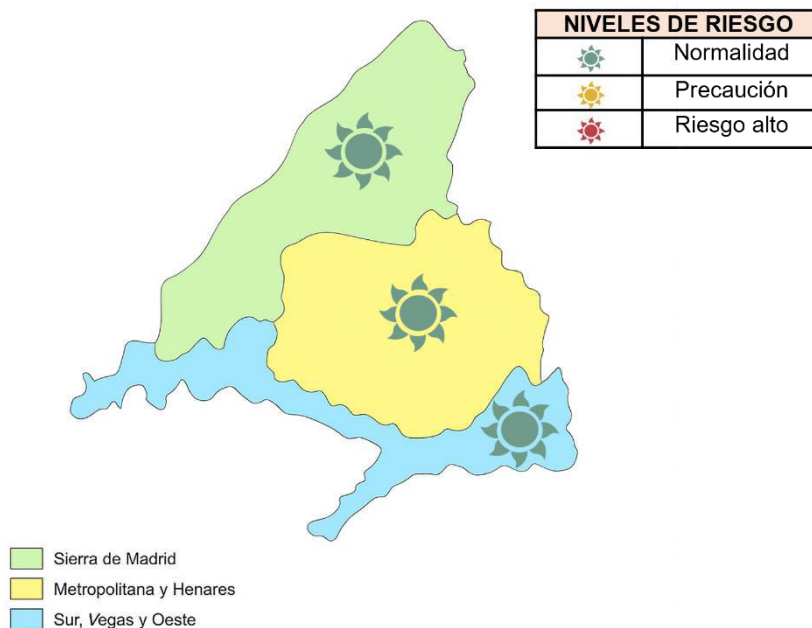
8

[Más información](#) [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, domingo 24 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
domingo, 24 mayo	30,0 °C	32,3 °C	32,8 °C
lunes, 25 mayo	29,5 °C	32,2 °C	32,7 °C
martes, 26 mayo	30,4 °C	32,8 °C	33,0 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

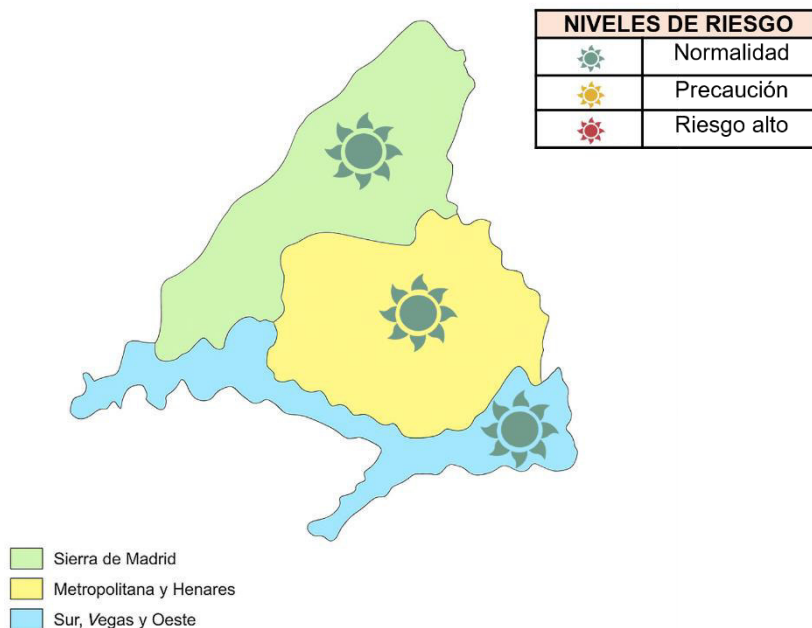


[Más información Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, lunes 25 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
lunes, 25 mayo	30,0 °C	32,2 °C	32,8 °C
martes, 26 mayo	30,7 °C	32,8 °C	33,0 °C
miércoles, 27 mayo	31,8 °C	34,6 °C	34,8 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

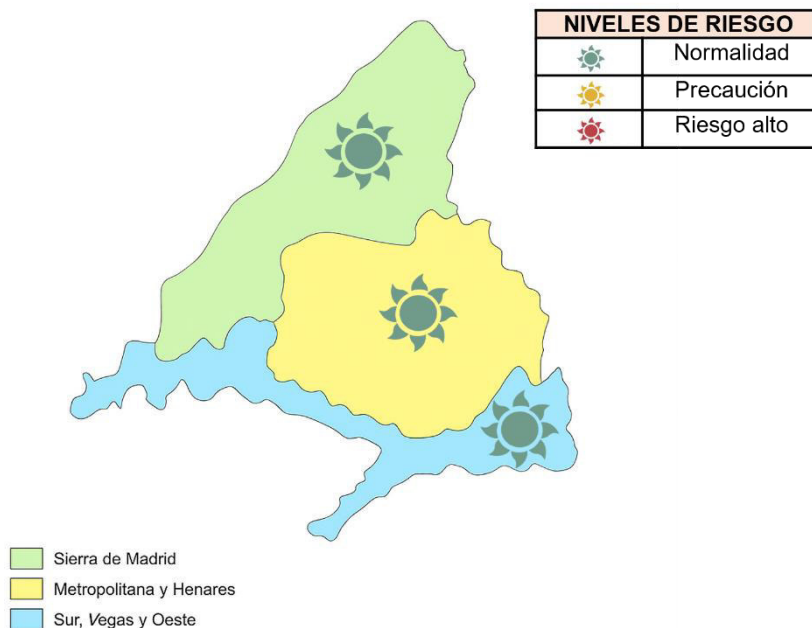


[Más información](#) [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo para hoy, martes 26 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
martes, 26 mayo	30,4 °C	32,6 °C	32,8 °C
miércoles, 27 mayo	32,1 °C	34,6 °C	34,7 °C
jueves, 28 mayo	32,3 °C	34,7 °C	34,6 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

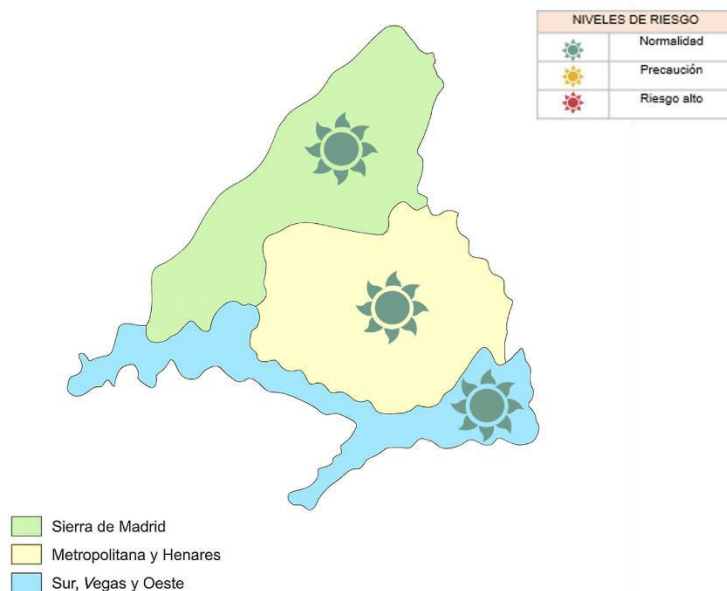


[Más información](#) [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo por zona para hoy, miércoles 27 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
miércoles, 27 mayo	31,9 °C	34,8 °C	34,8 °C
jueves, 28 mayo	32,4 °C	34,7 °C	34,4 °C
viernes, 29 mayo	33,3 °C	35,8 °C	35,7 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

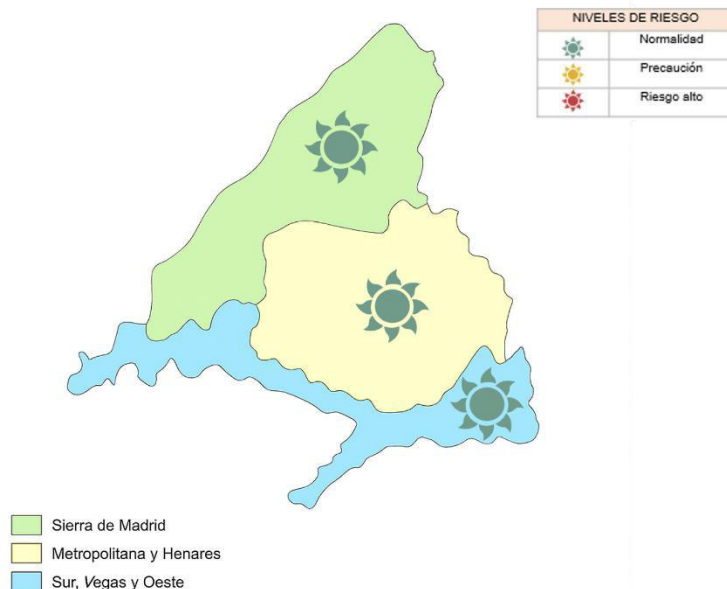
8

[Más información](#) [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo por zona para hoy: jueves 28 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
jueves, 28 mayo	32,7 °C	34,6 °C	34,2 °C
viernes, 29 mayo	33,4 °C	35,7 °C	35,5 °C
sábado, 30 mayo	33,2 °C	35,9 °C	35,9 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

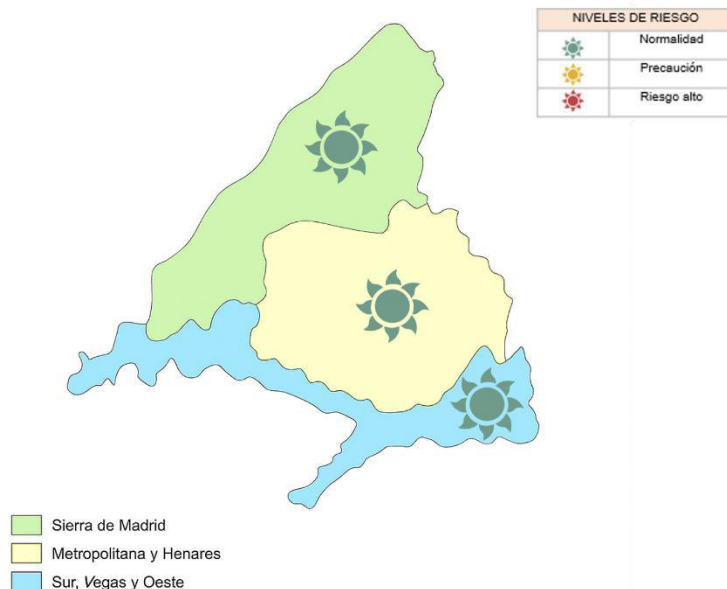


[Más información](#) [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo por zona para hoy: viernes 29 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
viernes, 29 mayo	33,8 °C	36,0 °C	35,8 °C
sábado, 30 mayo	33,5 °C	35,8 °C	35,9 °C
domingo, 31 mayo	32,8 °C	35,0 °C	35,6 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

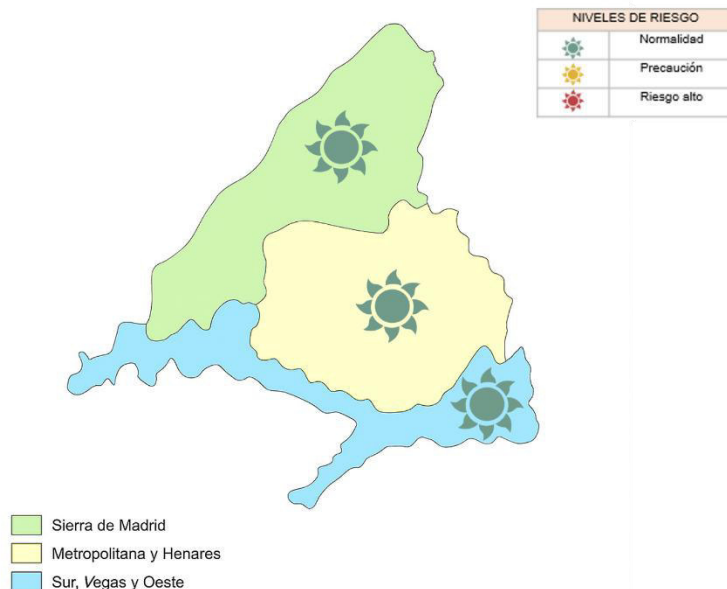


*Más información [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)*

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo por zona para hoy: sábado 30 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
sábado, 30 mayo	33,7 °C	36,1 °C	36,2 °C
domingo, 31 mayo	33,0 °C	35,0 °C	35,7 °C
lunes, 01 junio	32,2 °C	35,0 °C	35,6 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

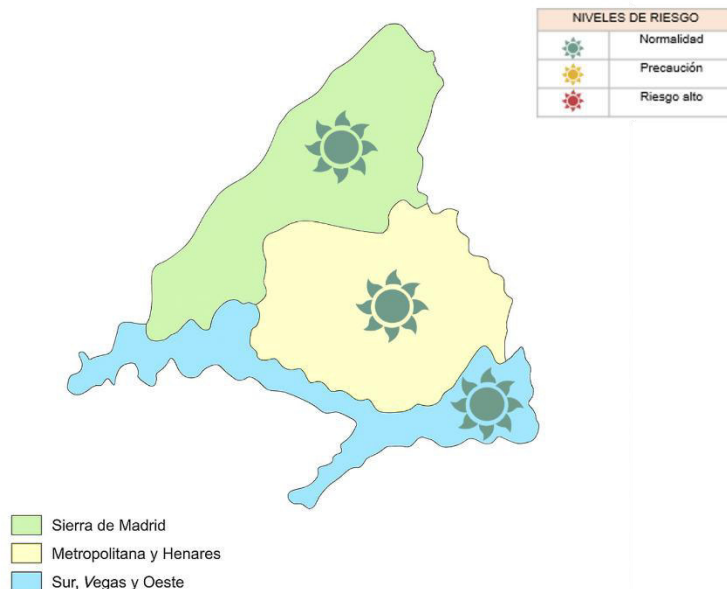


*Más información [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)*

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo por zona para hoy: domingo 31 de mayo de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
domingo, 31 mayo	33,2 °C	35,0 °C	35,5 °C
lunes, 01 junio	33,0 °C	35,2 °C	35,8 °C
martes, 02 junio	29,1 °C	32,2 °C	33,0 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

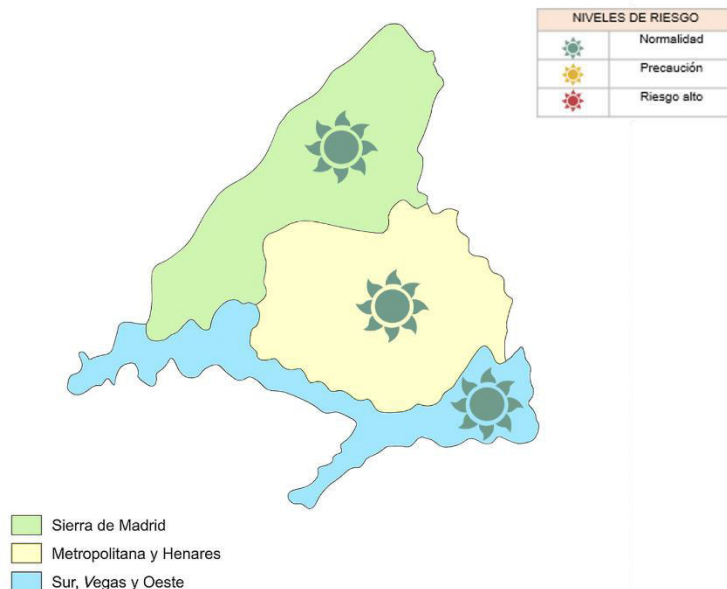


[Más información](#) [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo por zona para hoy: lunes 1 de junio de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
lunes, 01 junio	32,8 °C	35,2 °C	35,8 °C
martes, 02 junio	29,2 °C	32,2 °C	33,0 °C
miércoles, 03 junio	29,8 °C	31,3 °C	31,4 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

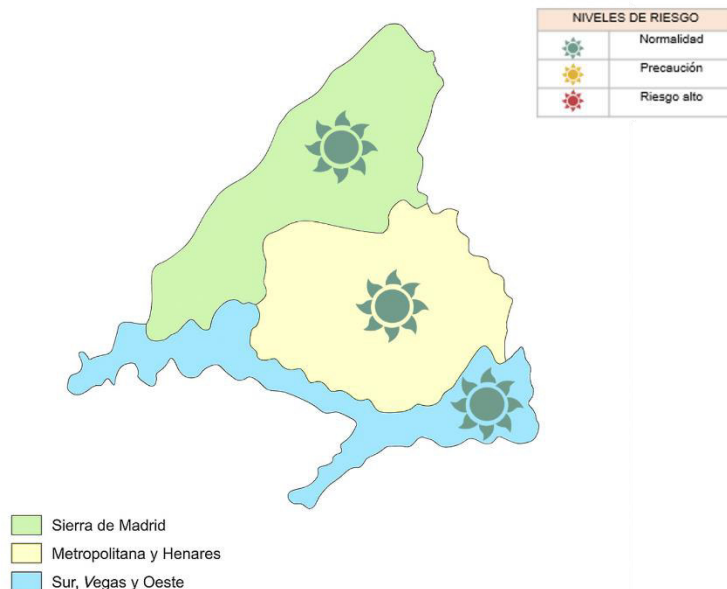


*Más información [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)*

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo por zona para hoy: martes 2 de junio de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
martes, 02 junio	28,6 °C	31,8 °C	32,6 °C
miércoles, 03 junio	30,8 °C	31,7 °C	32,2 °C
jueves, 04 junio	26,8 °C	30,1 °C	31,0 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)

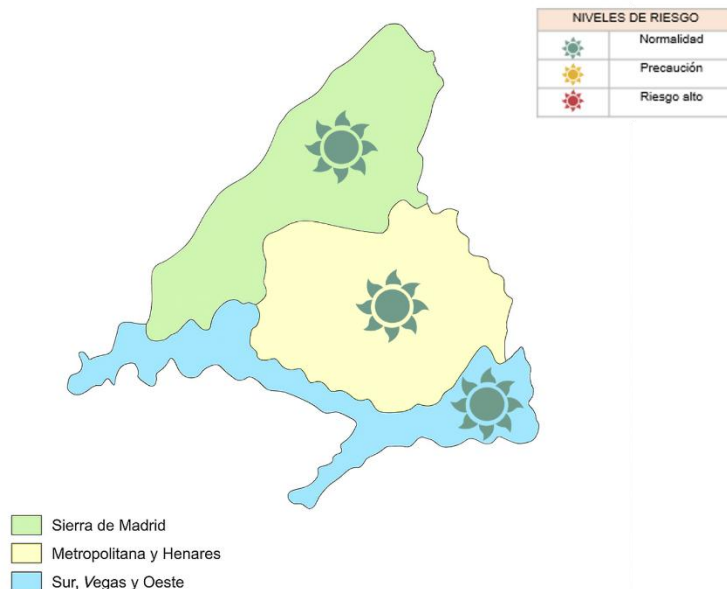


*Más información [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)*

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Niveles de riesgo por zona para hoy: miércoles 3 de junio de 2026



[Detalle de municipios en la Comunidad de Madrid](#)

Evolución de las temperaturas máximas previstas para hoy y los próximos 2 días

Días	Sierra de Madrid	Metropolitana y Henares	Sur, Vegas y Oeste
miércoles, 03 junio	29,4 °C	31,2 °C	31,7 °C
jueves, 04 junio	27,0 °C	30,5 °C	31,1 °C
viernes, 05 junio	26,9 °C	29,0 °C	30,2 °C

Fuente: Agencia Estatal de Meteorología. Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico

**Índice UV máximo previsto para hoy:
MUY ALTO, necesita protección extra**

(Fuente: AEMET)



*Más información [Calor y Salud](#)
[Protección solar: Recomendaciones y consejos](#)*

Subdirección General de Seguridad Alimentaria y Sanidad Ambiental
Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud



Recomendaciones frente al calor

PROTÉJASE DEL CALOR

MANTÉNGASE HIDRATADO



Recuerde beber agua con frecuencia, incluso aunque no sienta sed. Es necesario para mantener el cuerpo hidratado. Evite el consumo de alcohol y bebidas azucaradas o con cafeína.

SEA PRUDENTE ANTE EL CALOR



En las horas más calurosas del día procure no salir a la calle, hacer deporte o realizar grandes esfuerzos físicos.

PROTEJA LA CASA DEL CALOR



Cierre las persianas y eche los toldos de las fachadas expuestas al sol. Aproveche las horas más frescas del día para ventilar la casa.

VIGILE SU MEDICACIÓN



Acuda a su centro de salud en caso de que esté tomando algún medicamento y note síntomas no habituales que le hagan preocuparse.

REFRÉSQUESE



Durante las horas más calurosas del día, permanezca en casa. Refréscase con paños húmedos o dúchese.

PROTEJA A SU BEBÉ



Es muy importante evitar los efectos nocivos del calor en bebés y niños pequeños. Tome todas las precauciones y consulte a su pediatra.

COMA FRESCO Y SANO



Aumente el consumo de frutas de verano y verduras, gazpachos ligeros y ensaladas frías. ¡Aproveche la dieta mediterránea!

AYUDE A LAS PERSONAS MAYORES



Las personas mayores que vivan solas deben estar acompañadas y ayudadas diariamente por la familia, vecinos o, en su defecto, solicitar ayuda a los Servicios Sociales de su Ayuntamiento.

PROTÉJASE DEL SOL




Es esencial protegerse del sol directo en las horas centrales del día, mediante ropa ligera, gorra o sombrero y protección solar, para prevenir, además de las insolaciones, el cáncer de piel.

Proteja su salud



Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SANIDAD

emergencia 
causada por
el calor, 
solicite ayuda en el

TELÉFONO

