

La Consejería de Sanidad distribuirá 50.000 folletos informativos en la red sociosanitaria con consejos y medidas preventivas

La Comunidad mantiene activado hasta el 15 de septiembre el Plan de Vigilancia y Control de los Efectos de las Olas de Calor sobre la Salud

- Suben las temperaturas tras un mes de junio excepcional con máximas de 22º frente a los 32º de media del pasado año
- La Comunidad se mantuvo en alto riesgo por calor en el mes de junio de 2017 durante 13 días seguidos
- Los ciudadanos pueden suscribirse por teléfono móvil para recibir alertas enviando el texto ALTACALOR al 217035

14 de junio de 2018.- La Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, a través de la Dirección General de Salud Pública, mantiene activado hasta el 15 de septiembre el Plan de Vigilancia de los Efectos de las Olas de Calor sobre la Salud de la Comunidad de Madrid, con el objetivo de reducir al máximo las consecuencias de las altas temperaturas sobre la salud de la población más vulnerable como son los ancianos, niños y enfermos crónicos.

El viceconsejero de Humanización de la Asistencia Sanitaria, Diego Sanjuanbenito, ha clausurado hoy en el Hospital Universitario Santa Cristina el acto de presentación del Plan, acompañado por el director general de Salud Pública de la Comunidad de Madrid, Juan Martínez, y su equipo directivo.

El Plan, que arrancó el pasado 1 de junio como en ediciones anteriores, se pone marcha en un mes de junio excepcional por las bajas temperaturas con respecto a los veranos anteriores calificados como muy "cálidos" por la Agencia Estatal de Meteorología (AMET). De hecho, la temperatura media de las máximas de la primera quincena del mes de junio de este año es de 22,2 ° frente a los 32,1º del mismo período del pasado año. Durante el mes de junio de 2017 la Comunidad de Madrid se mantuvo durante 13 días con alerta 2 de Alto Riesgo por altas temperaturas.

Según las previsiones meteorológicas, a partir de mañana se experimentará una subida de temperaturas con una máxima prevista en torno a los 30º, según AEMET.

El Plan, que coordina la Dirección General de Salud Pública, cuenta con diversos canales para informar a los profesionales sanitarios, a los servicios sociales y a la

población en general sobre el nivel de riesgo de las temperaturas y adoptar así medidas de precaución.

Además, desde Salud Pública se activan las alertas por calor en el sistema sociosanitario y otras instituciones como ayuntamientos, Protección Civil y Unidad de Medicina Deportiva con objeto de poner en marcha las acciones programadas para mitigar los efectos de las altas temperaturas.

Los ciudadanos interesados pueden suscribirse con el teléfono móvil a la recepción de mensajes SMS de las alertas, enviando el texto ALTACALOR al 217035. Asimismo, la suscripción de estos avisos se puede realizar en www.madrid.org/calorysalud que incluye la recepción de información por correo electrónico. Los seguidores de la red social Twitter también pueden seguir los mensajes de alerta por Ola de Calor desde los perfiles oficiales @SaludMadrid @ComunidadMadrid y @012CMadrid.

En la página web www.madrid.org/calorysalud la Consejería de Sanidad incluye, de lunes a viernes, un Boletín de Ola de Calor con las temperaturas previstas para cinco días.

Para reforzar la información, la Comunidad de Madrid distribuirá 50.000 folletos y 3.000 carteles en los centros de salud, consultorios locales, farmacias, residencias y centros de mayores con consejos y medidas preventivas específicas.

NIVELES DE RIESGO

El Plan cuenta con tres niveles de riesgo en función de las temperaturas y su intensidad en el tiempo. El nivel de Riesgo 0 o Normalidad, representado por un sol verde, indica una situación de ausencia de riesgo y se establece cuando la temperatura máxima prevista para el día en curso y los cuatro días siguientes no supera los 36,5°.

El nivel de Riesgo 1 o Precaución, representado por un sol amarillo, se activa cuando las temperaturas máximas previstas, bien para el día en curso o cualquiera de los 4 días siguientes, es igual o superior a 36,5 °C, siempre que no se supere dicha temperatura más de tres días consecutivos. Se informa de este nivel a la Red de Asistencia Sanitaria y a las diferentes instituciones responsables de la intervención (servicios sociales, ayuntamientos, etc.).

El nivel de Riesgo 2 o Alto Riesgo, representado por un sol rojo, se determina cuando se prevé para el día en curso o cualquiera de los 4 días siguientes temperaturas iguales o superiores a 38,5 °C, o bien marcan los 36,5 °C o registros superiores durante 4 días consecutivos. Se activa la alerta 2, Alto riesgo, comunicando la situación a la Red de Asistencia Sanitaria y a las diferentes instituciones con competencia en Servicios Sociales y se precisa la intervención directa sobre la población vulnerable.

IMPORTANTE, UNA ADECUADA HIDRATACIÓN

Sanidad recuerda la importancia de mantener una hidratación adecuada mediante la ingesta de abundantes líquidos y el consumo de alimentos ricos en agua como fruta, ensaladas, gazpacho, etc. Las personas mayores deben beber al menos dos litros de agua al día, incluso sin tener sed.

En general, es aconsejable no realizar ejercicio físico durante las horas más calurosas del día y restringir los paseos especialmente entre las 12 y las 17 horas, procurando llevar prendas de tejidos naturales, ligeros y de colores claros. Los expertos insisten en que nunca se deje a una persona en un vehículo expuesto al sol, y que los ciudadanos estén pendientes de familiares, vecinos y personas vulnerables, especialmente si viven solas.

Además, se recuerda que en caso de que se esté tomando algún medicamento de manera habitual conviene consultar con el médico o farmacéutico por si fuera necesario ajustar las dosis. Ante emergencias causadas por el calor, se recuerda que hay que contactar con el 112.

También hay que recordar que en verano es importante usar protector solar y evitar la exposición al sol, especialmente en los niños.