

Sanidad mantendrá hasta el 15 de septiembre el Plan para informar a la población y a la Red sociosanitaria ante altas temperaturas

La Comunidad activa el Plan de Vigilancia y Control de los Efectos de las Olas de Calor sobre la Salud

- Los ciudadanos pueden suscribirse por teléfono móvil para recibir alertas enviando el texto ALTACALOR al 217035
- Además, la información está disponible en www.madrid.org/calorysalud
- Los dos últimos veranos en nuestro país han sido calificados como “muy cálidos” por la Agencia Estatal de Meteorología

1 de junio de 2017.- La Consejería de Sanidad activa hoy el Plan de Vigilancia de los Efectos de las Olas de Calor sobre la Salud de la Comunidad de Madrid, que estará vigente hasta el 15 de septiembre, con el objetivo de reducir al máximo las consecuencias de las altas temperaturas sobre la salud de la población más vulnerable, como ancianos, niños y enfermos crónicos.

Este plan preventivo se ha activado durante los últimos 13 veranos. Los últimos dos veranos han sido calificados como “muy cálidos” por los informes de la Agencia Estatal de Meteorología (AEMET), al superar significativamente la media de las temperaturas en esa estación.

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 poder 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.

Por segundo año consecutivo, 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 difusión de información a través del correo electrónico. Los seguidores de la red social Twitter también pueden seguir los mensajes de alerta por Ola de Calor desde los perfiles oficiales @ComunidadMadrid y @012CMadrid.



Comunidad
de Madrid

Oficina de Comunicación

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

Por otra parte, la Consejería de Sanidad y la de Políticas Sociales y Familia distribuirán folletos y carteles en los centros de salud y residencias de ancianos con consejos para afrontar las altas temperaturas.

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°C.

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 36,6 °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 38,6 °C, o bien marcan los 36,6 °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 sed.

Hay que evitar el ejercicio físico en 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 en general 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.