

El procedimiento estará operativo hasta el próximo 31 de marzo con la coordinación de la Dirección General de Salud Pública

---

## La Comunidad de Madrid activa el Plan de Vigilancia y Control de los Efectos del Frío en la salud centrado en la población vulnerable

- Como novedad, se modifica el umbral para establecer el nivel de riesgo que pasa a 1,9º centígrados desde el anterior de -2º
- Los ciudadanos pueden recibir alertas gratuitas por SMS enviando ALTAFRIO al 217035 o suscribiéndose a través de la web institucional

**7 de diciembre de 2024.**- La Comunidad de Madrid ha activado su Plan de Vigilancia y Control de los Efectos del Frío en la Salud que coordina la red sociosanitaria ante las bajadas de temperaturas y centrada en los colectivos más vulnerables. Como novedad, desde este año la alerta por riesgo alto se activará cuando la mínima llegue a 1,9º centígrados frente al -2º anterior.

El Plan, operativo desde el 1 de diciembre hasta el próximo 31 de marzo, se dirige a los grupos de población más frágiles: personas mayores, recién nacidos y lactantes, enfermos crónicos, ciudadanos sin hogar o personas en situación de precariedad.

El objetivo es reducir las enfermedades asociadas a los bajos valores térmicos, así como sus efectos perjudiciales. Estos fenómenos meteorológicos agravan las patologías cardiovasculares y respiratorias, los síntomas de las reumáticas y favorecen los resfriados, las infecciones bronquiales y la gripe.

El Plan establece tres niveles que sirven para determinar el nivel de peligro y la posible activación de alertas por ola de frío. Son en función de la temperatura mínima media prevista en los tres días siguientes de los cuatro observatorios de la Agencia Española de Meteorología en la región: normalidad, precaución y riesgo alto. Desde ahora, este último se establecerá cuando la temperatura mínima se sitúe en el umbral de 1,9 grados centígrados, que es la establecida para la Comunidad de Madrid por la autoridad sanitaria estatal.

Los ciudadanos interesados en recibir gratuitamente información cuando se prevea la llegada de una ola de frío pueden suscribirse al servicio de recepción gratuita de SMS enviando ALTAFRIO al número 217035, o bien recibir el Boletín correspondiente por correo electrónico previa inscripción [en la web de la Comunidad de Madrid](#).

Los seguidores de la red social X también pueden estar al tanto de los mensajes desde los perfiles oficiales @ComunidadMadrid y @012CMadrid.

Entre las actividades de Vigilancia que desarrolla la Administración autonómica, se incluye la monitorización de la mortalidad total y de las urgencias atendidas diariamente en la región.

Otra de las estrategias del Plan se centra en la coordinación con las Administraciones y entidades competentes en el desarrollo de acciones específicas de intervención. Para tal fin, se cuenta con una Comisión Técnica de Coordinación, bajo la Dirección General de Salud Pública, en la que están representadas las consejerías competentes, Protección Civil y el Ayuntamiento de Madrid.

## CONSEJOS ANTE EL FRÍO

La Consejería de Sanidad aconseja a la población que antes de salir a la calle se informe de las previsiones meteorológicas. Ante el descenso térmico se recomienda utilizar prendas de abrigo resistentes al viento y a la humedad, y, por debajo de estas, cubrirse con ropa no excesivamente ajustada.

También hay que protegerse adecuadamente la cabeza, así como las manos, por ser zonas sensibles y de mayor pérdida de calor, y llevar calzado resistente al agua y antideslizante para evitar caídas (por posibles placas de hielo), especialmente en el caso de las personas mayores. Asimismo, hay que procurar permanecer seco, ya que la ropa mojada enfría el cuerpo rápidamente.

En general, se recomienda estar pendiente de los ciudadanos que puedan encontrarse en situación de vulnerabilidad en estas fechas. En caso necesario, se aconseja contactar con el 112, los servicios sociales de su ayuntamiento o centros de salud.

La Comunidad de Madrid recuerda, por otra parte, que se debe tener suma precaución con las estufas de leña y gas o braseros, para evitar riesgos de incendios o de intoxicación por monóxido de carbono, asegurando que funcionan correctamente antes de ponerlas en marcha y de que las salidas de aire no están obstruidas. Para garantizar una adecuada protección en el hogar es suficiente mantener una temperatura de 20-22 grados, con buen aislamiento térmico.