Comunidad de Madrid

Medios de Comunicación

Se trata de la primera ocasión en que se declara esta temporada

La Comunidad de Madrid activa la Alerta de Precaución por Calor ante la subida de temperaturas

- Sanidad insiste en la hidratación adecuada, cuidar de los mayores y de la población vulnerable
- Mañana se prevén valores por encima de los 37ºC

22 de junio de 2020.- La Comunidad de Madrid ha activado hoy la Alerta de Precaución por Calor ante la subida de las temperaturas, con una previsión para mañana martes de 37,1ºC en la región. Se trata de la primera alerta que se activa esta temporada en el marco del Plan de Vigilancia de los Efectos de las Olas de Calor sobre la Salud, cuyo objetivo es reducir al máximo las consecuencias de las altas temperaturas en la salud de la población más vulnerable, como las personas mayores, la población infantil y los enfermos crónicos.

La Consejería de Sanidad señala la importancia de mantener una hidratación adecuada mediante la ingesta de abundantes líquidos y el consumo de alimentos ricos en agua, como fruta, ensaladas, 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, 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, recomienda que, en caso de que se esté tomando algún medicamento de manera habitual, se consulte 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 teléfono de Emergencias 112. También hay que recordar que en verano es importante usar protector solar y evitar la exposición al sol, especialmente en el caso de los niños.

El Plan, operativo hasta el 15 de septiembre, cuenta con diversos canales para enviar información 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.

Los ciudadanos interesados pueden suscribirse con el teléfono móvil a la recepción de mensajes SMS de las alertas, enviando el texto ALTACALOR al 217035. También pueden suscribirse al servicio de información en el

enlace Temperaturas Extremas y Salud que permite recibir por correo electrónico el Boletín de información de Olas de Calor y mensajes SMS.

Además, toda esta información está disponible en el portal web oficial de la Comunidad de Madrid: https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/calor-salud

NIVELES DE RIESGO

El Plan de Vigilancia de los Efectos de las Olas de Calor sobre la Salud de la Comunidad de Madrid 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 la normalidad de la temperatura estival en nuestra región y se establece cuando la temperatura máxima prevista para el día en curso y los cuatro días siguientes no supera los 36,5º C.

El nivel de Riesgo 1 o Precaución, representado por un sol amarillo, supone activar la alerta 1. Se activa cuando la temperatura máxima prevista, bien para el día en curso o para cualquiera de los cuatro días siguientes, es superior a 36,5ºC, siempre que no se supere dicha temperatura durante 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 para cualquiera de los cuatro días siguientes, temperatura superior a 38,5 ºC o bien registros superiores a 36,5 ºC durante cuatro 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.