Comunidad de Madrid

Medios de Comunicación

La región ha estado durante seis días consecutivos con máxima alerta por altas temperaturas y mantiene activada la Alerta amarilla

La Comunidad de Madrid recuerda mantener este fin de semana las medidas preventivas frente al calor

- Profesionales sanitarios ofrecen a través de un vídeo consejos para afrontar esta situación meteorológica
- La región se mantiene en alerta por calor desde el 22 de junio y mañana habrá temperaturas de hasta 37 grados

10 de julio de 2020.- La Comunidad de Madrid ha recordado hoy la necesidad de adoptar medidas preventivas frente al aumento de las temperaturas durante este fin de semana, donde este sábado las temperaturas máximas previstas serán de 36,8 grados centígrados. Para reforzar los mensajes preventivos, profesionales del SUMMA 112 ofrecen en un vídeo, disponible en la red social You Tube, consejos para afrontar las altas temperaturas y evitar el golpe de calor.

En este sentido, la Consejería de Sanidad, a través de la Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid, mantiene activada la Alerta de Precaución o Alerta amarilla conforme al 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 Comunidad de Madrid ha estado en alerta de Alto Riesgo o nivel 2 durante seis días en lo que llevamos de temporada.

La Comunidad de Madrid se mantiene en alerta por calor desde el pasado 22 de junio, y en concreto con seis días consecutivos con nivel 2 o Alerta de Alto Riesgo (viernes 3 al miércoles 8 de julio); y 13 días con nivel 1 o Alerta de Precaución, tras activarse el 22 de junio la primera alerta de ese nivel.

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, gazpacho, etc. Las personas mayores deben beber al menos dos litros de agua al día, incluso sin tener sed.

Además, 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 112. También hay que recordar que en verano es importante usar protector solar y evitar la exposición al sol especialmente en 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: www.comunidad.madrid/servicios/salud/calor-salud

NIVELES DE RIESGO

El Plan cuenta con tres niveles de riesgo en función de las temperaturas y su intensidad en el tiempo: nivel de Riesgo 0 o Normalidad, nivel de Riesgo 1 o Precaución, y por último 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 4 días siguientes, temperatura superior a 38,5 ºC, o bien a 36,5 ºC, 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.