

Estará operativo hasta el próximo 15 de septiembre, en el marco del Plan de Actuación del Ejecutivo autonómico para afrontar este tipo de episodios

---

## La Comunidad de Madrid activa hoy el Sistema de Vigilancia y Control frente a olas de calor con nuevos indicadores sanitarios

- Esta temporada incluye información sobre intensidad de las radiaciones ultravioleta, avisos ante altas temperaturas nocturnas y monitorización de las urgencias atendidas
- Este recurso del Ejecutivo autonómico permite recibir mensajes SMS con las alertas enviando por móvil el texto ALTACALOR al número 217035
- Sanidad aconseja evitar la exposición solar, hidratarse adecuadamente y buscar lugares refrigerados durante las horas centrales del día, especialmente niños y mayores

**1 de junio de 2024.-** La Comunidad de Madrid activa hoy el Sistema de Vigilancia y Control de los Efectos de las Olas de Calor, que estará operativo hasta el próximo 15 de septiembre. El principal objetivo de este recurso público es reducir al máximo sus consecuencias en la salud de los colectivos más vulnerables, como personas mayores, población infantil y los enfermos crónicos.

Como novedad este año, la Consejería de Sanidad incluye por primera vez la monitorización de los ciudadanos atendidos en los servicios de urgencia por todas las causas, además de información sobre intensidad de las radiaciones ultravioleta y avisos ante altas temperaturas nocturnas.

Al igual que en años anteriores, la medida permite a través de diversos canales alertar a la ciudadanía, a la red de asistencia sanitaria y a los Servicios Sociales de los episodios de este tipo para adoptar las medidas preventivas oportunas. Así, los interesados en recibirlas gratis por mensaje SMS en su teléfono móvil pueden suscribirse enviando el texto ALTACALOR al número 217035.

También se pueden abonar en este [enlace](#) para recibir por correo electrónico un boletín con los datos recabados por la Agencia Estatal de Meteorología a partir de los registros de los estaciones de observación meteorológica de Barajas, Cuatro Vientos y Retiro, en la capital, y la de Getafe.



Comunidad  
de Madrid

# Medios de Comunicación

Este Sistema de Vigilancia está coordinado por la Dirección General de Salud Pública, y está formado por técnicos de la Comunidad de Madrid procedentes de los servicios sanitarios, sociales, Protección Civil, Deportes, Educación y otras instituciones como el Ayuntamiento de la capital. El programa forma parte del Plan de Actuación ante Episodios de Altas Temperaturas 2024 del Gobierno regional.

## **ESPECIAL CUIDADO CON NIÑOS Y MAYORES**

En los días de más calor, el Ejecutivo regional recomienda mantener una hidratación adecuada, teniendo en cuenta que las personas mayores deben beber diariamente al menos dos litros de agua, incluso sin tener sed. Y, en general, ingerir alimentos como fruta, ensaladas o gazpacho.

También conviene evitar la exposición solar, especialmente los niños, y usar protector para la piel, buscar sitios con sombra y lugares refrigerados y no realizar ejercicio físico en las horas centrales del día. Se aconseja vestir prendas de tejidos naturales, ligeros y de colores claros, y cubrirse en todo momento la cabeza, prestando especial atención a la situación de familiares, vecinos y personas vulnerables, especialmente si viven solas.

Sanidad recuerda igualmente que, en caso de estar tomando algún medicamento de manera habitual, se consulte con el profesional sanitario de medicina o farmacia por si fuera necesario ajustar las dosis. Si se produjera alguna situación de emergencia por calor excesivo, hay que llamar al teléfono 112.

Toda esta información está disponible en la [web](#) de la Comunidad de Madrid.

