



Sanidad activa avisos de riesgo para la salud por altas temperaturas en Gran Canaria, Tenerife y La Palma

Aviso naranja para los días 16, 17 y 18 en Mogán, Santa Lucía de Tirajana y Arona, y aviso amarillo en otros municipios

La Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias, a través de la Dirección General de Salud Pública, activa avisos de riesgo para la salud en distintos municipios de Gran Canaria, Tenerife y La Palma en los que hay previsión de superación en los próximos días de las temperaturas umbral (32 grados de máxima y 24 de mínima, simultáneamente) establecidas en el Plan de Actuaciones Preventivas de los Efectos del Exceso de Temperaturas en la Salud.

Aviso naranja, riesgo medio, para los días 16, 17 y 18 de agosto en los municipios de Mogán y Santa Lucía de Tirajana, en Gran Canaria; y Arona, en Tenerife.

Aviso amarillo, riesgo bajo, por superación de temperaturas umbral los días 16 y 17 en Agüimes, La Aldea de San Nicolás, Artenara, Ingenio, Tejeda, Santa Brígida, San Bartolomé de Tirajana, Valsequillo y Vega de San Mateo, en Gran Canaria; y Adeje, Arico, Candelaria, Fasnía, Granadilla de Abona, Güímar, Puerto de la Cruz, Los Realejos y San Miguel de Abona, en Tenerife.

Nivel Riesgo	Denominación	Nº días en que las Tº máxima y mínima previstas rebasan los umbrales simultáneamente	Índice
0	Ausencia de riesgo	cero	0
1	Bajo riesgo	uno o dos	1 y 2
2	Riesgo medio	tres o cuatro	3 y 4
3	Alto riesgo	cinco	5

Tipos de avisos por altas temperaturas

Además, el **aviso amarillo**, se extenderá el sábado, 17 de agosto, a los municipios de Agaete, en Gran Canaria; Guía de Isora, La Orotava y Vilaflor, en Tenerife; y Santa Cruz de La Palma, Breña Alta, Breña Baja, Fuencaliente, Los Llanos de Aridane, Tazacorte y Villa de Mazo, en La Palma.

Desde la Dirección General de Salud Pública del SCS se recuerda que, si bien mañana, día 15, fecha en la que se produce la peregrinación a Candelaria, aún no se superarán los umbrales establecidos para activar los avisos por altas temperaturas, sí se producirá un incremento de la temperatura y de la sensación de calor, por lo que se recomienda extremar las precauciones y seguir los consejos para evitar los riesgos para la salud que producen las altas temperaturas.

La Dirección General de Salud Pública ha remitido a los ayuntamientos de los municipios afectados un recordatorio de las medidas que deben adoptar para proteger la salud de los miembros más frágiles de su comunidad:

- Beber mucha agua o líquidos sin esperar a tener sed, salvo si hay contraindicación médica. Evitar las bebidas alcohólicas, café, té o cola y las muy azucaradas.
- Evitar exponerse al sol a las horas de mayor intensidad de calor (entre las 11 y las 16 horas), haciéndolo preferentemente antes de las 11 o después de las 16 horas.



- En las horas de más calor colocarse en las zonas más frescas de las viviendas o residencias, o en su caso colocar aparatos de ventilación o aire acondicionado, o en último lugar utilizar paños húmedos frescos o darse una ducha.
- Evitar las actividades deportivas, salidas de excursiones o visitas en el exterior en las horas más calurosas. Realizar estas actividades a primeras horas del día, a últimas horas de la tarde o por la noche; se deben proteger del sol y beber abundantemente bebidas que repongan líquidos y sales minerales (zumos, bebidas isotónicas, agua, etc.).
- Hacer comidas ligeras que ayuden a reponer las sales perdidas por el sudor (ensaladas, frutas, verduras, gazpachos o zumos).
- Si se tiene que salir al exterior procurar estar a la sombra, usar ropa ligera y de color claro, protegiéndose del sol, use sombrero. Utilice un calzado fresco, cómodo y que transpire.
- Tener cuidado con los medicamentos, sobre todo aquellos que deben estar en la nevera para su correcta conservación.
- Conservar la cadena de frío de los alimentos.
- En el caso de presentar alguna sintomatología asociada al calor como cefaleas, mareos, calambres, malestar general, sensación de sofoco por calor fatiga o agotamiento, contactar con el 112.