



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

En Gran Canaria, aviso rojo de riesgo para la salud del día 8 al 12 de septiembre en Santa Lucía de Tirajana; en aviso naranja del 9 al 12 en Agüimes, Ingenio, Mogán, San Bartolomé de Tirajana y Tejeda, y del 9 al 11 en Agaete, Aldea de San Nicolás y Artenara. En aviso amarillo, Valsequillo el día 9 de septiembre. En Tenerife, aviso naranja el día 9 de septiembre en Arona, San Miguel de Abona y Granadilla

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 y Tenerife 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.

En aviso rojo de riesgo para la salud se encuentra del 8 al 12 de septiembre el municipio de Santa Lucía de Tirajana, en Gran Canaria.

En aviso naranja del 9 al 12 de septiembre estarán Agüimes, Ingenio, Mogán, San Bartolomé de Tirajana y Tejeda, en Gran Canaria. También estarán en aviso naranja del 9 al 11 de septiembre los municipios grancanarios de Agaete, Aldea de San Nicolás y Artenara y el 9 de septiembre los municipios de Arona, San Miguel de Abona y Granadilla, en Tenerife. En aviso amarillo estará el día 9 de septiembre el municipio de Valsequillo, en Gran Canaria.

La Dirección General de Salud Pública remite a los ayuntamientos afectados, a través de la FECAM, 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 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 con sombreros o gorras y gafas de sol homologadas. 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.



-Mantener siempre 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, hay que contactar con el 112.

Con estas actuaciones se pretende aumentar la capacidad de prevención individual de afrontar el calor aplicando medidas que sean fáciles y accesibles. El plan está dirigido a toda la población, y especialmente pensado para los colectivos de población más vulnerables al calor intenso como son los ancianos, los niños y las personas con patologías crónicas.

Desde un punto de vista social, la marginación, el aislamiento, la dependencia, la discapacidad, las condiciones de habitabilidad de las personas con menos recursos, añaden factores de riesgo que hacen aún más vulnerables a colectivos que, precisamente por sus condiciones socio-económicas, deberían estar más apoyados.

En concreto, todos los hospitales y el Servicio de Urgencias Canario (SUC) cuentan con personal designado y formado especialmente para hacer frente y coordinar de manera eficaz los servicios ante una posible ola de calor, así como las vías de comunicación establecidas.

Umbrales de temperatura y niveles de riesgo

Para poder hablar de una aviso de riesgo para la salud por calor en sentido estricto se tiene que alcanzar unos máximos y unos mínimos de temperatura de forma simultánea. Es lo que se conoce como umbrales de temperatura, que se encarga de fijar cada año la Agencia Estatal de Meteorología. Para las dos provincias canarias el umbral de temperatura es de 32 grados de máxima y 24 de mínima.

El Plan de Prevención de los Efectos de las Elevadas Temperaturas en la Salud de las Personas establece cuatro niveles diferentes de riesgo para la salud, en función de las temperaturas previstas y de su duración en el tiempo.

Otros planes preventivos en Canarias

Ante una situación de temperaturas máximas, el Gobierno de Canarias puede activar este Plan de Prevención de los Efectos de las Elevadas Temperaturas en la Salud de las Personas, con aviso de riesgo para la salud, así como su Plan Específico de Protección Civil y Atención de Emergencias de la Comunidad Autónoma de Canarias para Riesgos por Fenómenos Meteorológicos Adversos (PEFMA), mediante la declaración de alerta por situación de riesgo para la población, bienes y medio ambiente.