



Sanidad recomienda a las personas más sensibles tomar precauciones ante la presencia de calima

Hidratarse, evitar la exposición prolongada al aire exterior, mantener las ventanas cerradas y no realizar esfuerzos físicos al aire libre son las recomendaciones básicas

La Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias, a través de la Dirección General de Salud Pública, ante la presencia de calima en suspensión en la atmósfera, recomienda a la población tomar precauciones como evitar la exposición prolongada al aire exterior, mantener las ventanas cerradas y no realizar esfuerzos físicos al aire libre.

El polvo en suspensión contribuye a reseca las vías respiratorias y, en muchas ocasiones, se puede provocar un agravamiento de afecciones o síntomas relacionados con enfermedades respiratorias, tales como el asma, personas con enfermedad obstructiva crónica (EPOC) que hacen que aumenten las visitas a los servicios de urgencias y los ingresos hospitalarios en algunos casos.

La exposición a este contaminante puede producir molestias torácicas, tos, palpitaciones, fatiga o incremento a la susceptibilidad a infecciones respiratorias, al menos durante los cinco días posteriores al inicio del episodio.

Recomendaciones

Por lo tanto, se recomienda a las personas sensibles a este tipo de episodios -como niños, ancianos y personas con enfermedades respiratorias o cardiovasculares crónicas las medidas siguientes:

- No salir a la calle y mantener cerradas puertas y ventanas de las casas.
- Realizar la limpieza de las superficies con el polvo con paños húmedos.
- Mantenerse en ambientes húmedos e hidratarse.
- No realizar ejercicios físicos en el exterior.
- En caso de empeorar los síntomas respiratorios llamar al 112.