

El Consell activa el plan para prevenir los efectos de las altas temperaturas en la salud

Junio de 2014

El Consell ha activado el 'Programa de Prevención y Atención a los Problemas de Salud Derivados de las Temperaturas Extremas en la Comunitat Valenciana', con el objetivo de prevenir, minimizar y evaluar los impactos en la salud de la población derivados de las altas temperaturas, con especial atención a la presencia de olas de calor.

El Programa de Ola de Calor permanecerá activo hasta el 30 de septiembre, salvo que las condiciones meteorológicas impliquen su modificación puntual. Se desarrollará en todo el territorio de la Comunitat, con las especificaciones necesarias en cada departamento de salud.

Desde la Conselleria de Sanitat se justifica la puesta en marcha de este Programa Ola de Calor, que se activa cada año en la Comunitat desde el año 2004, debido a que las temperaturas excesivamente elevadas son una amenaza para la salud pública, ya que contribuyen a las defunciones por enfermedades cardiovasculares, respiratorias y cerebrovasculares, sobre todo entre las personas de edad avanzada.

Los periodos con altas temperaturas son propicios para las enfermedades ligadas al calor y pueden suponer un agravamiento de enfermedades previas. Las temperaturas altas provocan además un aumento de los niveles de ozono y de otros contaminantes del aire que agravan las enfermedades cardiovasculares y respiratorias. Además, los niveles de polen y otros alérgenos también son mayores en caso de calor extremo.

Golpes de calor

La exposición a temperaturas excesivas afecta especialmente a los niños, a las personas mayores y a los enfermos con enfermedades crónicas de base. Desde un punto de vista social, la marginación, el aislamiento, la dependencia, la discapacidad o las condiciones de habitabilidad de las personas con menos recursos, añaden factores de riesgo que hacen aún más vulnerables a determinados colectivos.

Cabe recordar que durante el verano de 2013 se registraron 22 atenciones sanitarias por golpe de calor en los centros sanitarios de la Comunitat, 7 de ellos en la provincia de Valencia, 7 en Castellón y 8 en Alicante.

El golpe de calor se caracteriza por un incremento de la temperatura corporal central por encima de 40 °C y alteraciones del sistema nervioso central entre las que predomina la encefalopatía. Es bastante común que se llegue al coma. El golpe de calor es una emergencia médica y causa tratable de fracaso multiorgánico. Las dos formas habituales de presentación son la relacionada con el ejercicio en ambientes calurosos (que afecta fundamentalmente a individuos jóvenes sanos) y la forma clásica (que afecta a ancianos o individuos con enfermedades debilitantes) durante intensas olas de calor.

El Programa Ola de Calor, que se activa cada año en la Comunitat desde 2004, lo coordina la Dirección General de Salud Pública de la Conselleria de Sanitat, junto con la Comisión de Coordinación del Programa, presidida por el secretario autonómico de Sanidad, Luis Ibáñez.

Dicha comisión está integrada por la Dirección General de Asistencia Sanitaria, la Fundación Centro de Estudios Ambientales del Mediterráneo (CEAM), la Dirección General de Calidad Ambiental, la Dirección General de Dependencia y Mayores, la Dirección General de Personas con Discapacidad, la Dirección General de Prevención, Extinción de Incendios y Emergencias, como responsable del 112 de emergencias en la Comunitat, la Federación Valenciana de Municipios y Provincias, Cruz Roja de la Comunitat Valenciana, el Consejo Valenciano de Personas Mayores y el Instituto Valenciano de Seguridad y Salud en el Trabajo.

El programa incluye la elaboración diaria de mapas de riesgo que, con cuatro colores (verde, amarillo, naranja y rojo) muestran los niveles de temperatura previstos, desde los 35º hasta el color rojo, que indica que se superan los 41º. Estos mapas de encuentran disponibles a través de las respectivas páginas web de la Dirección General de Salud Pública y de la Fundación CEAM.

Desde el punto de vista sanitario, la Dirección General de Salud Pública considera población de riesgo a los mayores de 65 años que viven solos o sufren problemas de salud, los pacientes inmovilizados, los enfermos terminales, niños menores de 4 años, las personas con obesidad excesiva, los pacientes con determinados tratamientos o las personas con enfermedades crónicas.

En el caso de las personas mayores, el grupo de riesgo por excelencia, se recuerda que los ancianos tienen menor capacidad de sudoración, y tienen reducida la sensación de calor, por lo que no suelen protegerse. Además tienen disminuida la sensación de sed, lo que conlleva también un mayor peligro de deshidratación.

Muchos de ellos viven en residencias, por lo que el plan establece una serie de medidas preventivas dirigidas a las residencias de personas mayores dependientes, entre las que destaca la sugerencia de beber un vaso de agua o zumo, tanto en el desayuno, la comida, la merienda y la cena, como entre horas, o vestir con ropa ligera, holgada, y de colores claros. Asimismo, se recomienda si tienen que salir del centro, que lo hagan a primera hora de la mañana o a última hora de la tarde.

La ingesta de agua y alimentos líquidos se establece como recomendación general, así como aumentar el consumo de frutas y verduras y evitar las comidas copiosas.

Más información: <http://www.sp.san.gva.es/calor> y Portal Cuidate CV. <http://cuidatecv.es/>