

# PREVENCIÓN DURANTE LAS OLAS DE CALOR EN LA CONSULTA

El calor está relacionado con ciertas patologías como:

**AGOTAMIENTO POR CALOR**    **INSOLACIÓN o GOLPE DE CALOR**

Y puede agravar enfermedades o condiciones previas.

## PERSONAS CON MAYOR RIESGO:

- Embarazadas
- +65 Mayores de 65 años
- Con autonomía limitada
- Algunos tratamientos farmacológicos
- Consumo de alcohol y drogas
- Deportistas y personas que trabajan al aire libre en las horas centrales del día
- Viviendas difíciles de refrigerar
- Entornos muy urbanizados
- Enfermedades crónicas (cardiovasculares, respiratorias, obesidad, diabetes, etc.)
- Personas que viven solas o en condiciones desfavorables
- 4 Lactantes y menores de 4 años

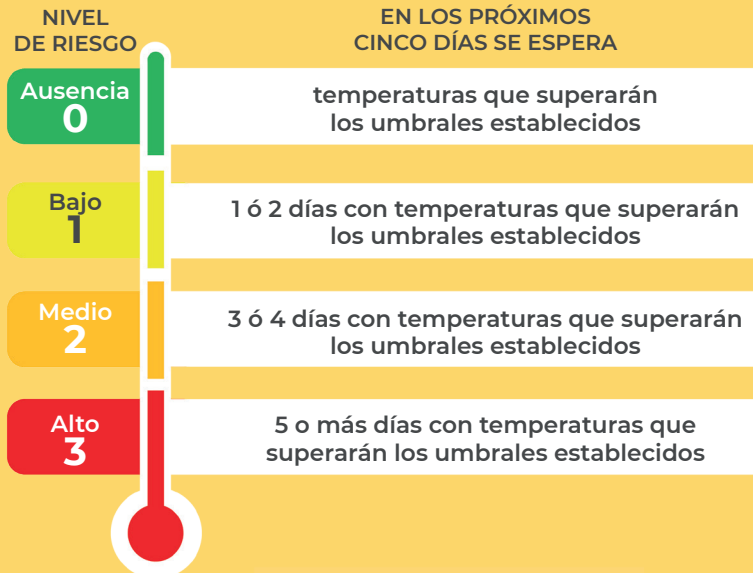
Todos los veranos se activa el **Plan de actuaciones preventivas de los efectos del exceso de temperaturas sobre la salud.**



Presta atención a las alertas del mapa de temperaturas pinchando **aquí**.

Es muy importante hacer una **VALORACIÓN INTEGRAL** para identificar a las personas con mayor riesgo:

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valorar el estado general de la salud</li> <li>- Valorar la medicación prescrita</li> <li>- Categorizar el posible riesgo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valorar el grado de autonomía o dependencia</li> <li>- Identificar a una persona cuidadora o de apoyo si es preciso</li> </ul>
<b>SALUD</b>	<b>AUTONOMÍA</b>
<b>APOYO SOCIAL</b>	<b>AMBIENTE Y HABITABILIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valorar disponibilidad apoyo: Permanente / Ocasional / Sin apoyo</li> <li>- Identificar a una persona cuidadora o de apoyo si es preciso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluar condiciones en domicilio (ventilación, climatización, higiene..)</li> <li>- Evaluar condiciones del entorno</li> <li>- Valorar trabajo y actividad deportiva</li> </ul>



## RECUERDA

- ✓ Informar por escrito y asegurar la comprensión de:
- ✓ Las medidas generales de prevención frente al calor.
- ✓ Los síntomas y signos por los que se debe consultar a un profesional sanitario.
- ✓ Garantizar que se dispone de habilidades y recursos para adoptar las medidas de prevención.
- ✓ En caso de activación de cualquier nivel de riesgo (1, 2 o 3), garantizar un seguimiento SEMANAL o DIARIO, según la valoración integral, por familiares o bien profesionales sanitarios, sociales, voluntariado, etc.
- ✓ Asegurar que las personas que cuidan y apoyan son informadas de las medidas generales de prevención y tienen una adecuada comprensión.