

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**, disponible junto al mapa de alertas:



- Del 16 de mayo al 30 de septiembre **aquí**.
- Resto del año **aquí**.

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

- Valorar el estado general de la salud
- Valorar la medicación prescrita
- Categorizar el posible riesgo

SALUD

- Valorar el grado de autonomía o dependencia
- Identificar a una persona cuidadora o de apoyo si es preciso

AUTONOMÍA

APOYO SOCIAL

- Valorar disponibilidad apoyo: Permanente / Ocasional / Sin apoyo
- Identificar a una persona cuidadora o de apoyo si es preciso

AMBIENTE Y HABITABILIDAD

- Evaluar condiciones en domicilio (ventilación, climatización, higiene..)
- Evaluar condiciones del entorno
- Valorar trabajo y actividad deportiva

NIVEL DE RIESGO

En base a un algoritmo disponible en Plan 2023

0

Ausencia de riesgo

1

Bajo

2

Medio

3

Alto

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 ó 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.