

¿Cómo afecta el calor a nuestra salud?

(Artículo publicado en el Levante-EMV el 13 de julio de 2019)



*Luisa Bertó y José Ten
Farmacéuticos Centro de Salud Pública
Departamento de salud de Gandia*

A partir de la ola de calor que sufrió Europa el verano de 2003, muchos países y regiones de nuestro continente empezaron a desarrollar y a poner en marcha planes de prevención frente a las temperaturas elevadas

Es conocido que los efectos de las temperaturas extremas en la salud pueden reducirse a través de la puesta en marcha de planes de prevención adecuados y adaptados a las particularidades de cada zona y de su población.

Hay muchas evidencias científicas que han mostrado los efectos negativos de las temperaturas extremas en la salud. En este sentido, cabe indicar que además de los fallecimientos por golpe de calor o por deshidratación, cobra gran importancia el incremento de la mortalidad y morbilidad observado como consecuencia del agravamiento de enfermedades crónicas (principalmente circulatorias y respiratorias), sobre todo en mayores, como consecuencia de los periodos de calor intenso.

La exposición a temperaturas excesivas afecta, además de a mayores, a los niños, a las mujeres embarazadas y a aquellas personas con patologías crónicas de base. Desde un punto de vista social, la marginación, el aislamiento, la dependencia, la discapacidad y las condiciones de habitabilidad de las personas con menos recursos, añaden factores de riesgo que hacen aún más vulnerables a estos grupos.

Además, determinados colectivos laborales pueden estar expuestos a temperaturas elevadas, lo que aumenta el riesgo de enfermedad o accidente en el lugar de trabajo: construcción, mantenimiento de instalaciones, desamiantado, trabajos forestales, jardinería, invernaderos, ganadería intensiva, recogida y clasificación de residuos, limpieza urbana, depuradoras, vertederos, respuesta a emergencias, etc.

Las temperaturas altas provocan además un aumento de los niveles de ozono y de otros contaminantes del aire que pueden agravar las enfermedades cardiovasculares y respiratorias.

Los niveles de polen y de otros alérgenos, también pueden ser mayores en caso de calor extremo. Se prevé que el aumento de temperaturas que se está produciendo aumentará progresivamente esta carga polínica.

Los informes del Panel Intergubernamental de Expertos sobre Cambio Climático (IPCC) exponen que durante los últimos 50 años ha aumentado la frecuencia de los días y noches cálidos, así como la de las olas de calor. Así mismo, indican que la duración, frecuencia y/o intensidad de las olas de calor es muy probable que aumenten durante el siglo XXI. Por otra parte, los cambios sociodemográficos que afectan a parte importante del planeta, está previsto que resulten en un envejecimiento de la población, con un incremento importante en

los mayores de 65 años, que constituye un grupo de población especialmente vulnerable a los efectos de las temperaturas extremas.

En nuestro ámbito territorial, y en coordinación con el Plan Nacional, desde el verano de 2004 se activa cada año el *Programa de Prevención y Atención a los problemas de Salud derivados de las Temperaturas Extremas en la Comunitat Valenciana*. El Programa recoge medidas para reducir los efectos en salud asociados a las temperaturas elevadas y para coordinar a las distintas instituciones y entidades con implicación. Las acciones previstas se estructuran en varios niveles de actuación según el nivel de riesgo previsto del incremento de temperaturas, que es proporcionado por el Sistema de Vigilancia Meteorológico de la Fundación CEAM, específicamente desarrollado para el territorio de la Comunitat Valenciana.

Esta temporada el programa de vigilancia permanecerá activo hasta el 30 de septiembre de este año, 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.

Se puede acceder tanto al texto íntegro del programa como al sistema de vigilancia meteorológico y los trípticos informativos, en la sección de información al ciudadano de la página Web de la Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública.