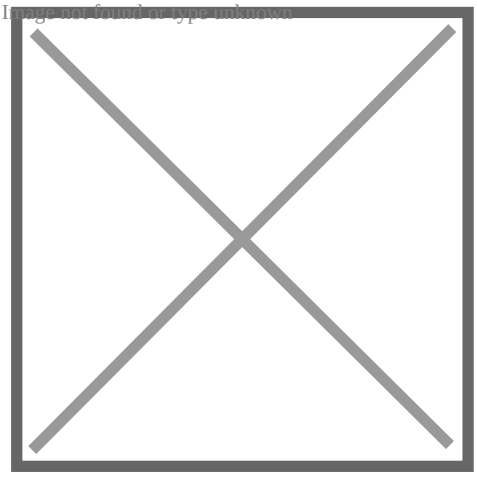
PANORAMA | Sanidad

El 112 aconseja extremar mañana la precaución por las altas temperaturas

Se activará el aviso naranja en Jaén y Granada, con temperaturas que pueden alcanzar los 40 grados, y el amarillo en Almería y Córdoba, donde el termómetro, en comarcas como la Subbética, podría llegar hasta los 40 grados.

Redacción
Lunes 29 de julio de 2024 - 19:37



El Centro de Coordinación de Emergencias (Cecem 112), servicio adscrito a la Consejería de la Presidencia, Interior, Diálogo Social y Simplificación Administrativa de la Junta de Andalucía, recomienda extremar la precaución durante la jornada de mañana en la que está previsto activar de nuevo el aviso naranja y amarillo en distintas provincias y comarcas andaluzas, entre ellas la Subbética cordobesa.

El aviso naranja seguirá vigente mañana martesen la comarcas de la Cuenca del Genil (Granada) y en Cazorla y Segura (Jaén), y se extenderá también a Guadix y Baza, en la provincia de Granada. Este aviso estará vigente entre las 13:00 y las 21:00 horas, y se prevé que los termómetros alcancen los 42 grados.

En las provincias de Almería, Córdoba y Jaén también se activará el aviso amarillo por temperaturas máximas que en algunos puntos podrían alcanzar los 40 grados. Este aviso se extiende a las comarcas de Subbética y Campiña cordobesa; Valle del Guadalquivir, Morena y Condado y Capital y Montes en la provincia de Jaén; así como en el Valle del Almanzora y Los Vélez y Poniente y Almería capital, donde también estará vigente el aviso por fenómenos costeros.

Recomendaciones a la población

El Teléfono Único de Emergencias ofrece a la población una serie de recomendaciones para prevenir los riesgos asociados a las altas temperaturas. Es imprescindible una correcta y completa hidratación; hay que beber agua de forma periódica, cada dos horas como máximo, aunque no se tenga sed. En este aspecto, hay que prestar una especial atención a personas mayores, enfermos crónicos y niños pequeños; hay que asegurarse de su correcta hidratación y evitar que salgan a la calle en las horas centrales del día.

Se recomiendan las comidas ligeras, frías y frescas, evitando las copiosas y muy calientes, y al salir a la calle vestir con ropas claras y de tejidos ligeros, usando protección solar, sombrero o gorra y gafas de sol homologadas para protegernos del sol.

El 1-1-2 aconseja, durante las horas centrales del día, cerrar bien las ventanas, cortinas y persianas más expuestas al sol y usar, cuando sea necesario y posible, el ventilador o el aire acondicionado. Si no se dispone de estos aparatos se deben tomar baños o refrescarse la piel con toallas húmedas.

Hay que evitar salir a la calle en las horas centrales del día, y cuando haya que hacerlo se debe llevar siempre una botella de agua, también en los desplazamientos en coche, para permanecer hidratados. Se debe dejar el ejercicio y los esfuerzos físicos para las primeras horas del día o el anochecer. Y hay que recordar

siempre que no se puede dejar a nadie, tampoco a las mascotas, en el interior de vehículos parados, ni siquiera por un momento.

Ante cualquier situación de emergencia, la ciudadanía tiene a su disposición el teléfono 1-1-2, gratuito, multilingüe, activo las 24 horas todos los días del año.