



Estrategia integrada para la adaptación al cambio climático en Navarra

NADAPTA THE CLIMA PROJECT

PLANES CONTRA TEMPERATURAS EXTREMAS EN NAVARRA

Nombre: Irene Inieta Martínez

24 de abril de 2024



ENTIDADES LOCALES COMO **AGENTES CLAVE** EN LA ADAPTACIÓN, PROTECCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA **SALUD** FRENTE AL **CAMBIO CLIMÁTICO**



EFECTO DE LA TEMPERATURAS EXTREMAS EN EL ORGANISMO

CALOR

- Patología asociada a altas temperaturas: calambres, agotamiento, síncope, golpe de calor, muerte (X30).
- Agravamiento de enfermedades de base.
- Complicaciones durante el embarazo.
- Dificultades a nivel de salud laboral: accidentes laborales.
- Intoxicaciones alimentarias

FRIO

- Patologías asociadas a bajas temperaturas directamente: congelación, hipotermia, muerte (X31).
- Enfermedades respiratorias
- Patologías crónicas agravadas.
- Salud laboral
- Agravamiento de personas en situación de vulnerabilidad.
- Accidentes de tráfico, caídas, intoxicaciones(CO) e incendios.

GRUPOS DE POBLACION DE RIESGO

- Personas mayores
- Mujeres gestantes
- Recién nacidos y lactantes
- Personas con enfermedades crónicas
- Personas que toman medicamentos que pueden interferir con las temperaturas
- Personas con movilidad reducida, desnutridas, con agotamiento físico, casos de intoxicación etílica
- Personas que trabajan al aire libre
- Personas que practican deportes al aire libre
- Personas sin hogar
- Personas con nivel socioeconómico bajo
- Inmigrantes en situación de precariedad

PLANES CONTRA LOS EFECTOS EN SALUD POR TEMPERATURAS EXTREMAS

¿QUÉ HACEMOS EN ISPLN?

- Activación de los planes contra las temperaturas extremas:
 - Plan contra las altas temperaturas → 15 Mayo-30 Septiembre.
 - Plan contra las bajas temperaturas → 1 diciembre-31 marzo.
- Activar e informar sobre Alertas en Salud por temperaturas extremas.
- Monitorización de temperaturas: previsiones y reales.
- Registro de los casos atendidos en urgencias, ingresados por patología asociada al calor.
- Registro atenciones en urgencias y mortalidad diaria por todas las causas.
- Difusión de información.
- Recomendaciones de protección y promoción de la salud.

http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Actualidad/Altas+temperaturas/

Planes y evaluaciones

- Plan de prevención de los excesos de temperaturas sobre la salud en Navarra 2022
- Plan nacional de actuaciones preventivas de los efectos del exceso de temperatura sobre la salud 2023
- Evaluación del Plan de Prevención de exceso de temperatura en Navarra 2022

- Predicciones
- Recomendaciones
- Memorias de actividad
- Preguntas frecuentes en Atención Sanitaria
- Campañas
- Coronavirus COVID-19
- Carpeta Personal de Salud
- Jornadas y Congresos
- Medicamentos, productos sanitarios y productos cosméticos
- Resumen del Paciente Europeo
- Bajas temperaturas
- Receta Electronica de la Union Europea

http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Actualidad/BajasTemperaturas.htm

El Ministerio de Sanidad ha aprobado el Plan Nacional de actuaciones preventivas por bajas temperaturas 2023-2024 que se activó el 1 de diciembre y estará vigente hasta el próximo 31 de marzo.

Se trata de un Plan incluido en el marco del Plan Estratégico de Salud y Medio Ambiente (PESMA) que tiene como objetivo reducir el impacto sobre la salud de la población asociado a las bajas temperaturas.

Para este año la temperatura umbral establecida para Navarra es -3.7 °C y los niveles de alerta calculados con una metodología específica teniendo en cuenta la predicción de temperatura mínima a tres días son los siguientes:

- Nivel 0: Ausencia de riesgo
- Nivel 1: Bajo riesgo
- Nivel 2: Riesgo medio
- Nivel 3: Alto riesgo

Predicciones: [Navarra](#)

Infografías: [generales](#), [congelación](#), [hipotermia](#)

- través de sitios web de medicamentos de uso humano no sujetos a prescripción médica
- Altas temperaturas
- Memorias de actividad
- Preguntas frecuentes en Atención Sanitaria
- Campañas
- Coronavirus COVID-19
- Carpeta Personal de Salud
- Jornadas y Congresos
- Medicamentos, productos sanitarios y productos cosméticos
- Resumen del Paciente Europeo
- **Bajas temperaturas**
- Receta Electronica de la Union Europea

PLANES CONTRA LOS EFECTOS EN SALUD POR TEMPERATURAS EXTREMAS

¿QUÉ HACER DESDE LAS ENTIDADES LOCALES?

- Informar a la población cuando existen alertas.
- Difusión de recomendaciones.
- Formaciones o jornadas específicas para la población sobre, cuidados con temperaturas extremas, protección solar, hipotermia, congelaciones, etc.

PLANES CONTRA LOS EFECTOS EN SALUD POR TEMPERATURAS EXTREMAS

¿QUÉ HACER DESDE LAS ENTIDADES LOCALES?

🗨️ Programación de eventos culturales y deportivos teniendo en cuenta la climatología.



Evitar salir en las horas de más calor y hacer esfuerzos físicos (compras, limpieza, actividad física...)



Informarse sobre las previsiones meteorológicas antes de salir de casa.



Beber más agua, más a menudo y hacer comidas ligeras



Evitar bebidas con cafeína, con alcohol o azucaradas



Tener en cuenta que varias capas de ropa fina protegen más que una sola gruesa.



Usar ropa ligera, crema solar, gafas de sol y sombrero

PLANES CONTRA LOS EFECTOS EN SALUD POR TEMPERATURAS EXTREMAS

¿QUÉ HACER DESDE LAS ENTIDADES LOCALES?

- 📋 Registro/Conocer a las personas más vulnerables.
- 📋 Intensificar acciones preventivas.



Cuidar especialmente a la gente mayor, menores, embarazadas o personas con enfermedades crónicas



Aunque cualquier persona puede sufrir un problema relacionado con las bajas temperaturas, procurar prestar mayor atención a las personas que puedan estar en situación de vulnerabilidad ante el frío (mayores, lactantes, personas sin hogar, etc.).

PLANES CONTRA LOS EFECTOS EN SALUD POR TEMPERATURAS EXTREMAS

¿QUÉ HACER DESDE LAS ENTIDADES LOCALES?

➤ Favorecer el acceso a agua potable en lugares públicos.



➤ Planificación de infraestructuras: zonas verdes, sombras, etc.

➤ Evitar la formación de placas de hielo en las calzadas.



➤ Habilitación de refugios climáticos.



Refugios climáticos

INTERIORES

- 📖 Bibliotecas
- 📈 Mercados
- 🏛️ Museos
- 🏛️ Centros cívicos
- 🎒 Escuelas

EXTERIORES

- 🌳 Parques, bosques urbanos
- 🚶 Paseo con arbolado
- 🏖️ Playas
- 🌊 Ríos



REFUGIO CLIMÁTICO

- Áreas gratuitas.
- Condiciones ambientales para protegerse de un contexto desfavorable de calor o frío.
- Proporciona confort térmico, a la vez que puede tener otras funciones o usos.
- Debe ser accesible y seguro, proporcionando zonas de descanso y agua gratuita.
- Puede ser **interior** o **exterior**.
 - Espacios interiores durante todo el año, época fría y cálida.
 - Espacios exteriores, en verano: proporcionando sombras, zonas verdes, áreas de descanso y agua.
- Dirigidos especialmente para población vulnerable: bebés, niños, mujeres embarazadas, personas mayores, enfermos crónicos, personas sin recursos, etc.
- En estos refugios no proporcionan atención médica, por lo que ante síntomas relacionados con patología asociada a las altas o bajas temperaturas, las personas tendrán que dirigirse a un centro sanitario.



Consultar en los Servicios
de Salud si hay fiebre alta,
confusión o pérdida de
conocimiento

Acciones frente a temperaturas extremas (olas de calor) durante el verano de 2023 en el marco del Plan de Adaptación al Cambio Climático de Zaragoza PACCZ y del PEMUZ Plan de Emergencias Municipal de Zaragoza, con activación del Plan Municipal de Protección Civil por olas de calor.

Acciones, medidas y coordinación de áreas y servicios municipales. Ayuntamiento de Zaragoza

REFUGIOS CLIMÁTICOS

- Red de Refugios Climáticos para grupos de personas vulnerables en Primera fase 2023
- 31 Centros Chicos
- 31 Centros de Convivencia de personas mayores

[Servicio Centros Chicos] [Oficina del Mayor]

PERSONAS MAYORES

- Protocolos de actuación con supervisión específica para personas mayores más vulnerables (personas solas...)
- Cartelería, folletos e información con consejos de salud y autoprotección frente a olas de calor para las personas usuarias.
- Envío de 18.200 correos electrónicos a socios de centros de convivencia
- Realización de 1.700 llamadas telefónicas a personas usuarias del servicio de Teleasistencia.
- 31 Centros de Convivencia de Personas Mayores como refugios climáticos y nodos de información, cuidados y vigilancia.
- Reducción precio entrada individual a piscinas de 2,60 a 2€ para mayores de 65 años y pensionistas.

[Servicios Sociales Comunitarios] [Oficina del Mayor] [Servicio Actividades Deportivas]

MASCOTAS

- Protocolo específico frente a consecuencias de olas de calor en el Centro Municipal de Protección Animal (piscinas, nebulizadores de agua en navas y climatización en galoteca).
- Consejos RRSS a propietarios de mascotas.

[Centro Municipal de Protección Animal]

AVISOS, ALERTAS Y COMUNICACIÓN A LA POBLACIÓN Y EDUCACIÓN AMBIENTAL

- PEMUZ Plan de Emergencias Municipal de Zaragoza. Marco de acción general para avisos y alertas.
- Avisos y alertas, web, notas de prensa y redes sociales municipales
- Web específica de olas de calor "Altas temperaturas. Información y recursos. Verano 2023". Ventanas especiales con información sobre alertas. Apartados sobre Previsión meteorológica, consejos de salud, riesgos, refugios climáticos, fuentes, olas de calor, vigor de sombras y enlaces de interés.
- Web Temperaturas extremas y salud totalmente renovada en 2023
- 4 notas de prensa, 1 por ola de calor
- Amplísima difusión a través de redes sociales municipales.
- Materiales con consejos de prevención y promoción de la salud individuales y colectivos frente al impacto del calor en la salud.
- Itinerarios guiados urbanos de adaptación al cambio climático por Zaragoza 2023 "Aclimatarnos"

[Bomberos y Protección Civil] [Comunicación - Servicio de Medio Ambiente y Sostenibilidad]

PERSONAS SIN HOGAR

- Apertura de pabellones con aire acondicionado en el Albergue Municipal (ya no solo para olas de frío).
- 250 botellas diarias de agua fría.
- Flexibilización de horarios de estancia en zonas comunes para personas usuarias.
- Ajudada reforma del Albergue Municipal.

[Servicios Sociales Especializados]

INFANCIA

- Reducción precio entrada individual a piscinas de 2,70 a 2€ para menores de edad.
- Proyectos de climatización en Escuelas Infantiles. 1,7 M€

[Servicio Actividades Deportivas]

PUBLICO GENERAL Y PERSONAS ADULTAS

- Reducción precio entrada individual a piscinas de 4 a 2,5€ para personas adultas.
- Voluntarios de Protección Civil vigilan espacios abiertos y zonas verdes para atender incidencias y dar consejos de cuidados.

[Servicio Actividades Deportivas] [Bomberos y Protección Civil]

BOMBEROS Y PROTECCIÓN CIVIL

- Atención a personas vulnerables en la vía pública o instalaciones municipales. CBO
- Control para prevención de riesgo de ahogamientos de personas que se bañen en los ríos para mitigar el calor.
- Atención al suministro eléctrico (personas atrapadas en ascensores).
- Atención a incendios forestales.

[Bomberos y Protección Civil]

INFRAESTRUCTURAS

- Especial atención a reparaciones rotativas a suministro de agua.
- Agilización de instalación de grifos y zonas de agua si, por rotura o avería algún edificio se quedara sin servicio.
- Supervisión especial de grifos de fuentes de agua potable de la ciudad, en ámbito urbano y parques y jardines, para que estén operativos.
- A punto las fuentes de "refresco" Rincón Expo y riberas del Ebro (si seguir lo permite).

[Movilidad] [Turismo]

PERSONAS TRABAJADORAS

- Decreto flexibilización horario laboral en olas de calor, fundamentalmente aplicable a obras y servicios en el exterior en los momentos de exceso de temperatura y olas de calor.
- Implementación de legislación de PRL en la materia.
- Protección de personal municipal que desarrolla su labor en la calle con información a todos los servicios municipales expuestos.

[PRL] [Infraestructuras]

PERSONAS USUARIAS DE PISCINAS Y CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES

- Descuentos en entradas individuales a piscinas municipales según edades durante las olas de calor.
- Piscinas y centros deportivos emiten mensajes de precaución tanto sobre exposición al sol y calor como en la hidratación.
- Alertas para la organización, para que valore, si fuera necesario, la posibilidad de suspender o aplazar actividades deportivas. Esto podría suceder también en instalaciones deportivas que no tienen climatización y donde está previsto celebrar distintas competiciones.

[Servicio Actividades Deportivas]

POLICIA MUNICIPAL

- Traslado a todos los efectivos de información e instrucciones sobre la ola de calor.
- Consejos a los propios agentes de cara a su propia hidratación y protección.

[Policia Municipal]

MOVILIDAD URBANA

- Atención a climatización correcta de los vehículos de la flota de buses y tranvías.
- Traslado a las contratistas (sematización, autobuses, tranvía...) de atención especial ante riesgo de cortes de suministro por picos de consumo.
- Atención a baterías vehículos eléctricos.

[Movilidad]

TURISTAS

- Adaptación de rutas y espacios de los itinerarios turísticos y consejos de autoprotección a turistas frente al calor.

[Turismo]

Eskerrik asko!
¡Muchas gracias!
Thank you!