

Salud y calor

Guía básica para personal sanitario y cuidador

Avisos meteosalud

Aviso amarillo



Riesgo bajo

Aviso naranja



Riesgo moderado

Aviso rojo



Riesgo alto

Mensajes de prevención



Hidrátate



Refréscate



Protégete

¿Quién es especialmente vulnerable al calor?



Personas menores de 4 años y mayores de 65 años



Mujeres embarazadas (gestantes)



Pacientes con enfermedades crónicas o con polimedicación



Personas con deterioro cognitivo o discapacidad que limita su autonomía



Trabajadores al aire libre y personas que realizan **esfuerzo físico al sol**



Situación **socioeconómica** vulnerable

¿Qué puedo hacer como profesional?

Consulta diariamente los avisos (meteosalud.es)



Adapta tratamientos sensibles al calor como diuréticos, neurolépticos, antihipertensivos...

Comunica claro y con propósito que el calor es un riesgo real, pero la prevención funciona

Activa redes de apoyo: cuidadores, enfermería, farmacia, servicios sociales

Vigila síntomas y signos de alarma: mareo, cefalea, confusión, fiebre alta sin sudoración



Observatorio de Salud y Cambio Climático



GOBIERNO DE ESPAÑA

VICEPRESIDENCIA
TERCERA DEL GOBIERNO
MINISTERIO
PARA LA TRANSICIÓN ECOLÓGICA
Y EL RETO DEMOGRÁFICO

MINISTERIO
DE SANIDAD

MINISTERIO
DE CIENCIA, INNOVACIÓN
Y UNIVERSIDADES