RESPONSABILIDADES DEL ADMINISTRADOR (256/2024) de 20-12-2024



PLAN NACIONAL DE ACTUACIONES PREVENTIVAS POR BAJAS TEMPERATURAS

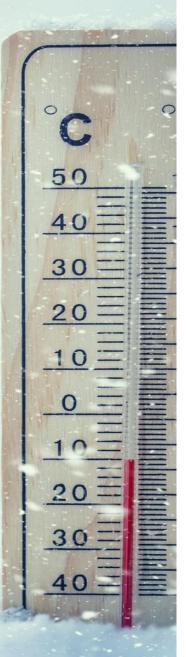
El Ministerio de Sanidad ha puesto en marcha un sistema de avisos para informar a la ciudadanía cuando la temperatura mínima prevista sea inferior a la temperatura umbral de impacto en la salud y se alcancen los niveles de riesgo bajo, medio y alto.

Estas medidas se enmarcan en el Plan Nacional de Actuaciones Preventivas por Bajas Temperaturas 2024-2025, activo desde el 2 de diciembre, que tiene como objetivo reducir el impacto sobre la salud asociado a las bajas temperaturas.





Plan Nacional de actuaciones preventivas por bajas temperaturas 2024-2025











Periodo de activación: con carácter general el Plan se activa el 1 de diciembre hasta el 31 de marzo de cada temporada. Se introduce un criterio de flexibilidad que permitirá la activación fuera de este periodo en función de la previsión climatológica.

Para ello, se realizará un seguimiento durante los 15 días anteriores (16 de noviembre) y los 15 días posteriores (15 de abril) al periodo de activación anteriormente mencionado.



Servicio de suscripción de temperaturas y niveles de riesgo por bajas temperaturas 2024-2025



suscripción al <u>sistema de avisos</u>







Plan Nacional de actuaciones preventivas por bajas temperaturas



El frío intenso afecta negativamente a la salud, tanto de forma directa como indirecta. En caso de frío extremo, los dos principales peligros para la salud son la hipotermia y la congelación

Congelación

La congelación produce una pérdida de la sensibilidad en la zona afectada, que puede estar seguida de marcas de despigmentación como primeros síntomas.

Señales que nos avisan del congelamiento

- Adormecimiento de la piel Piel blanca o amarillenta

- Piel entumecida y firme

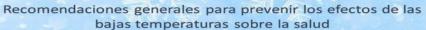
 Qué hacer frente al congelamiento:

 Evitar caminar si tiene los pies o los dedos congelados, puesto que puede agravarse la lesión existente.
- Introducir la zona lesionada en agua tibia, pero no caliente. Alternativamente también puede usar el calor de su cuerpo para calentar la zona afectada, por contacto.
 Tenga presente que las zonas lesionadas tienen menos sensibilidad, están entumecidas y se pueden quemar sin que lo notemos.

Las zonas más propensas a las lesiones son las más expuestas (la nariz, las orejas y las mejillas) y también las más periféricas (los dedos de la

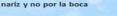
Plan Nacional de actuaciones preventivas por bajas temperaturas







En el exterior, respire por la nariz y no por la boca





Extreme la precaución en caso de hielo en las calles. Utilice calzado antideslizante si es posible para evitar caídas



prendas ligeras superpuestas que una sola de tejido grueso



Si utiliza braseros o chimenea, ventile la estancia con frecuencia para evitar la acumulación de CO



Aunque cualquier persona puede sufrir un problema relacionado con las bajas temperaturas, procure prestar mayor atención a las personas que puedan estar en situación de vulnerabilidad ante el frío



ya que algunos medicamentos precipitan los problemas derivados de la exposición al frío



Beba líquidos aunque no tenga sed, sobre todo agua y bebidas calientes



Tome una alimentación variada



Manténgase siempre bien informado sobre las previsiones meteorológicas antes de salir de

¡Protégete del frío!







Fuente: https://www.sanidad.gob.es

Con la colaboración de:





Asesoría en Prevención de **Riesgos Laborales**

CAFMadrid dispone de una Asesoría en en Prevención de Riesgos Laborales GRATUITA, sólo para colegiados, con la que podrás resolver todas tus dudas:

Consultas escritas: a través del área de Asesorías en el Escritorio del CAFMadrid
Consultas telefónicas: todos los jueves de 10:00 a 12:00 - 91 591 96 70 Extensión 7
Consultas presenciales: únicamente previa cita confirmada con Secretaría

CAFMadrid

RAQUEL BAÑOS

V° B° LA PRESIDENTA

Manuela Julia Martínez Torres

EL SECRETARIO

Benjamín Eceiza Rodríguez

IPARTICIPA EN NUESTRAS REDES SOCIALES!







