

# Sanitat inicia un programa pionero de prevención del calor

Sanitat revisará las instalaciones de refrigeración en las residencias de ancianos

El cambio climático puede elevar la temperatura media de la Comunitat hasta 0'2° C en los próximos 10 años

Sanitat colgará en su web (www.san.gva.es) las temperaturas extremas con tres días de antelación

VALENCIA  
EL 7 SET

La Conselleria de Sanitat inicia el próximo 1 de junio el Programa de prevención y atención a los problemas de salud derivados de las temperaturas extremas en la Comunitat Valenciana, que mantendrá informados a todos los ciudadanos sobre las actuaciones previstas en caso de Ola de Calor.

"Con la llegada del verano y la posibilidad de alcanzar temperaturas extremadamente elevadas, se pone en riesgo la salud de todos, especialmente de niños y ancianos. Por este motivo, la Conselleria pondrá a disposición de los ciudadanos, a través de la página web, información predictiva sobre clima y temperaturas", ha señalado el conseller Rafael Blasco.

El plan tiene como principal objetivo prevenir, minimizar y atender los efectos sobre la salud que tiene el cambio climático en la Comunitat, especialmente el calor extremo en los alrededores del verano.

De este modo, todos los ciudadanos tendrán acceso desde la página web de la conselleria de Sanitat y desde la de la Dirección General de Salud Pública a las predicciones de temperaturas para los tres días próximos a la consulta realizada y informaciones preventivas.

## Un sistema de predicción más exhaustivo

Rafael Blasco ha matizado que "el sistema de predicción de la Conselleria de Sanitat es más exhaustivo que el del Ministerio, ya que no sólo ofrece las temperaturas de las capitales de provincia, sino de todo el municipio".

Por este motivo, la Fundación Centro de Estudios Ambientales del Mediterráneo (CEAM), dada la importancia de la predicción de temperaturas más adecuado a nuestra climatología, ha desarrollado un sistema de predicción adecuado, dividido en 30 zonas climáticas diferentes, con lo que se logra una mayor fiabilidad en la predicción.

Con las previsiones de temperatura y teniendo en cuenta la división termoclimática de la Comunitat, se elaboran diferentes mapas de riesgo debido a los efectos del calor para tres días. La información estará disponible de junio a septiembre a través de la página web de la conselleria www.san.gva.es.

## Cuidado específico para los más vulnerables

El programa de prevención hace especial incidencia en la población más vulnerable, como son los ancianos, tanto los que

viven en residencias como los que viven solos y pasan bastante tiempo sin compañía.

La Conselleria de Sanitat está realizando visitas a las residencias de tercera edad con el objetivo de comprobar aquellas que disponen de aire acondicionado y que el sistema funciona correctamente y cumple con todos los requisitos sanitarios.

Del mismo modo, se ofrecen recomendaciones nutricionales, como el aumento de la ingesta de líquidos, en concreto una media de 2 litros diarios, puesto que las personas mayores son más vulnerables a la deshidratación, como resultado de una menor sensación de sed, su función renal es menos eficaz y los fármacos consumidos incrementan la pérdida de agua. En este sentido, se recomienda la ingesta regular de agua con un consumo de 7 a 8 vasos diarios, facilitando su disponibilidad mediante jarras o dispensadores en lugares de cómodo acceso para los residentes y personal sanitario.

Asimismo, se incrementará la ingesta de alimentos líquidos tales como sopas, gazpacho, zumos, leche, infusiones, helados de hielo, ofreciéndolos de manera periódica y repartida a lo largo del día.

También se aumentará el consumo de frutas, especialmente de aquellas más acuosas como melón, sandía, piña, o peras de agua y se incrementará el consumo de verduras en general, priorizando las verduras crudas en forma de ensalada, sopas frías y zumos. Otras recomendaciones son evitar comidas demasiado copiosas, siendo preferible aumentar el número de tomas diarias disminuyendo su volumen, así como el consumo de alimentos muy condimentados y elaborados como salsas, fritos y rebozados.

## Otros grupos de riesgo

El grupo de mayor riesgo frente a los efectos del calor lo constituyen las personas de edad avanzada, sobre todo los mayores de 75 años, por su menor capacidad de termorregulación y por su percepción disminuida de los cambios de temperatura, que impiden una adecuada respuesta de adaptación. A esto se suma el que frecuentemente padecen enfermedades crónicas y el que suelen estar polimedicados, lo que en ocasiones incrementa el riesgo, ya que algunos fármacos interfieren con el mantenimiento de la temperatura corporal (diuréticos, neurolépticos).

Pero además, existen otros grupos de riesgo, sobre todo los menores de 4 años, las personas obesas, los indigentes y aquellas



personas que consumen alcohol de manera excesiva, pues este actúa deprimiendo el sistema nervioso central y causando además diuresis, por lo que favorece la deshidratación.

A parte de la situación individual existen una serie de factores ambientales que pueden contribuir a que se sufran en mayor medida los efectos del calor, como el vivir en una gran ciudad (el ambiente urbano retiene más temperatura por la noche que el rural), los episodios de calor al comienzo de la temporada estival, los valores de humedad elevados y determinadas condiciones de vida, trabajo y características de la vivienda.

## Nuevas líneas de investigación sobre el cambio climático

La certeza del cambio climático ha tomado fuerza en los últimos años y, según el informe de evaluación de febrero de 2007 del Grupo Intergubernamental de Expertos de Cambio Climático (IPCC), este cambio del sistema climático es inequívoco.

Para las próximas dos décadas se proyecta un calentamiento aproximado de 0'2 ° C por cada una. A pesar de que se mantuvieran constantes los actuales niveles de gases de efecto invernadero y aerosoles, previsiblemente las temperaturas ascenderían 0'1 ° C por década. Estos expertos también han asegurado que debido a este cambio las olas de calor serán más intensas y más frecuentes, además de tener veranos más cálidos e inviernos más suaves.

En este sentido, la conselleria de Sanitat está participando en el Grupo de Trabajo sobre impactos y adaptación al cambio climático, coordinado por la Conselleria de Territori i Habitatge para la elaboración de una propuesta detallada que desarrolle el programa en materia de I+D+i sobre impactos y adaptación al cambio climático, coordinado entre la Administración del Estado y las Comunidades Autónomas.

# El 58% de la población de la Comunitat se declara no fumadora

Sanitat atiende en las unidades especializadas para dejar el tabaco a 1.129 valencianos

La Conselleria tiene un total de 48 unidades especializadas de deshabituación tabáquica

La mayoría de los que no han fumado nunca son mujeres, un 52% frente al 38% de los hombres

VALENCIA  
EL 7 SET

El conseller de Sanitat, Rafael Blasco, ha señalado que las encuestas realizadas por la Conselleria indican que actualmente el 58% de la población de la Comunitat Valenciana se ha declarado no fumadora, por lo que el 42% son fumadores.

En las encuestas se ha tomado como base a la población de la Comunitat mayor de 15 años, que asciende a más de 4 millones de habitantes. Los datos han mostrado que el número de no fumadores se situaría en torno a los 2.209.858. En cambio, los fumadores serían 1.808.076, de los que 1.566.994 se declaran fumadores diario, cerca del 39%.

Asimismo, las encuestas de la Conselleria han concluido que la edad de inicio se sitúa en los 16,35 años, además se ha observado que no hay diferencias notables por sexo, la edad media de inicio en los chicos es de 16,12 y en las chicas es de 16,63. Sin embargo, el porcentaje mayoritario de los que no han fumado nunca se da en mujeres, un 52%, frente al 38% de hombres que nunca han fumado.

Rafael Blasco ha destacado que "concienciar a los más jóvenes de los peligros del tabaco, sigue siendo nuestro principal objetivo y para alcanzarlo la conselleria de Sanitat ha puesto en marcha los programas de prevención".

En este sentido, la encuesta realizada para conocer los hábitos de los jóvenes entre 14 y 18 años ha dado a conocer que el 41,5% es no fumador y un 22,5% solo ha consumido alguna vez.

## Descienden los casos de tratamiento por tabaco

La Conselleria de Sanitat, a través de los indicadores de tratamiento que registran las diferentes unidades asistenciales de conductas adictivas, ha constatado la evolución descendente de los tratamientos iniciados por

tabaco. De hecho, se han registrado 313 casos menos en 2006, lo que supone una disminución del 27.7%, con respecto al año anterior. En 2005 se registraron 1.442 nuevos casos por tabaco y en el 2006 se ha reducido a 1.129, lo que rompe la tendencia alcista de los años anteriores

"El consumo de tabaco es el principal problema de salud pública actualmente y se ha asociado con más de 25 enfermedades, siendo uno de los factores de riesgo más importante para la salud de la población", afirma el conseller, Rafael Blasco apuntando que es un deber de las autoridades sanitarias autonómicas "facilitar los medios a las personas para que abandonen de una vez por todas el tabaco".

La Conselleria de Sanitat tiene en toda la Comunitat Valenciana un total de 48 Unidades Especializadas, 17 ubicadas en centros hospitalarios y 31 en Unidades de Conductas Adictivas. (UCAs). Además, en todos los centros de salud se atiende a demanda el tabaquismo, y se realiza una atención terapéutica mínima.

## El estudio revela el consumo de cigarrillos diarios

La Conselleria en el estudio realizado a la población en general, ha observado que la media de cigarrillos diarios que consumen los fumadores es de 16,6 cigarrillos al día. La tipología de fumadores diarios es que el 19,8% son fumadores moderados (fuman menos de 10 cigarrillos) un 65,7% fumadores medio altos (fuman entre 10 y 20 cigarrillos) y el 14,5% son fumadores extremos de entre 20 y 40 cigarrillos día. Respecto a la cantidad de cigarrillos diarios que se consumen por sexo, los hombres fuman 18,82 cigarrillos diarios frente a los 14,11 que fuman las mujeres. La media más alta se da en los hombres de más de 45 años con 22,67 cigarrillos diarios y entre las mujeres también mayores de 45 años con 15,24 cigarrillos de media.