

A través de la web municipal, carteles y folletos.

EL AYUNTAMIENTO INFORMA A LOS VECINOS DE LOS EFECTOS NOCIVOS DEL CALOR SOBRE LA SALUD.

Vva. de la Cañada, 1 de julio.- El Ayuntamiento de Villanueva de la Cañada, a través de la Concejalía de Salud y Consumo, ha instalado en todos los centros municipales carteles informativos y repartido un millar de folletos explicativos sobre las pautas a seguir para evitar los efectos nocivos del calor sobre la salud.

“Son consejos básicos para evitar que las altas temperaturas perjudiquen nuestra salud, especialmente la de aquellos colectivos más vulnerables como los mayores, los niños o las personas que toman medicamentos por motivos de enfermedad”, destacó el Concejal de Sanidad y Consumo, José Manuel Ávila.

Consejos

Desde la Concejalía de Salud y Consumo, se aconseja a la población: no salir a la calle en las horas más calurosas del día; cubrirse la cabeza con un sombrero o gorra; cerrar persianas y toldos de las fachadas expuestas al sol; beber mucho agua (al menos 2 ó 3 litros diarios); evitar consumir alcohol (favorece la deshidratación) o bebidas con cafeína o muy azucaradas (favorecen la eliminación de líquidos); evitar las comidas calientes y copiosas y tomar mucha fruta y verduras (gazpachos ligeros y ensaladas frías) para recargar el organismo de sales minerales.

“Para quienes tomen medicamentos, además de estas recomendaciones, aconsejamos acudir al médico para que éste les informe de qué manera concreta puede afectarles el calor”, señala el Concejal de Salud y Consumo.

Golpe de calor

En los carteles se informa a los vecinos de los síntomas que presenta una persona con un golpe de calor (dolores de cabeza, náuseas, pérdida de conocimiento, piel caliente, enrojecida y seca -sin sudor- etc.) y cuáles son las medidas que deben tomarse: la primera de ellas, llamar al 112 y la segunda, en espera de que llegue el





servicio de urgencia, refrescar el cuerpo con sábanas mojadas, abanicos, etc.

Más información

Los ciudadanos pueden también acceder a la información en la página web del Ayuntamiento: www.ayto-villacanada.es o a través de la Oficina Municipal de Información al Consumidor (OMIC), llamando al número de teléfono 91 811 73 15 o mediante el correo electrónico: omic@ayto-villacanada.es .