

En prevención de las altas temperaturas previstas para los próximos días

El Ayuntamiento de Las Rozas pone en marcha una serie de medidas ante la ola de calor

- ***Se están facilitando recomendaciones preventivas, como hidratarse, protegerse del sol y no hacer deporte en las horas centrales del día***
- ***Desde hoy abren sus puertas las piscinas municipales de Navalcarbón y San José de Las Matas, anticipando su habitual fecha de apertura***
- ***Además, tendrá lugar un taller dirigido a los mayores con el fin de informarles sobre las medidas más adecuadas para combatir el calor***

Ante las altas temperaturas, y con el objetivo de evitar los efectos adversos que pudiera producir la ola de calor prevista los próximos días, el Ayuntamiento de Las Rozas ha tomado una serie de medidas, como dar a conocer una serie de recomendaciones para la población ante esta subida de temperaturas, que se distribuirá por RRSS y en la página web municipal, el adelanto de la apertura de las piscinas públicas y la organización de un taller para informar a los mayores de las medidas preventivas más adecuadas ante el calor.

Así, las piscinas municipales del polideportivo de Navalcarbón y de San José de Las Matas abrirán desde hoy sus puertas para ofrecer a los usuarios la posibilidad de refrescarse en los próximos días.

Pensando en las personas mayores, el Ayuntamiento, en colaboración con el Centro de Salud de Las Rozas, está preparando un taller bajo el título "Prevención de la ola

Plaza Mayor 1 - Las Rozas
Tel. Información Municipal: 010
Tel. Prensa: 91 757 90 02 / 91 77
comunicacion@lasrozas.es - www.lasrozas.es



@Ayto_Las_Rozas



Ayuntamiento de Las Rozas de Madrid

de calor”, que se celebrará en breve en el Centro de Mayores El Baile y que impartirán las enfermeras del centro.

En cuanto a las recomendaciones que el Consistorio facilita a los vecinos ante la subida de las temperaturas, se pueden consultar en la página web municipal www.lasrozas.es y se distribuirán también a través de las RRSS. En ellas se detallan algunos consejos para proteger nuestra salud en días de calor intenso; medidas especiales para colectivos de riesgo, como mayores, niños o enfermos y para personas que realizan trabajos intensos en el exterior o actividades deportivas.

Entre los problemas más frecuentes que puede producir el calor, debemos aprender a reconocerlos y así poder actuar ante ellos, ya que pueden ir desde irritaciones en la piel y calambres hasta un aumento de temperatura tal, que puede llevarnos incluso a la muerte si no recibimos atención médica urgente. Algunos de ellos son los calambres musculares, el agotamiento por calor, con síntomas como debilidad, fatiga, mareos, náuseas o desmayos, o golpes de calor, como situación más grave.

En el caso de las quemaduras solares, se producen por el sol directo sobre la piel, aunque el día no sea muy caluroso. Deben evitarse, estando menos tiempo al sol y usando cremas de protección.

Plaza Mayor 1 - Las Rozas
Tel. Información Municipal: 010
Tel. Prensa: 91 757 90 02 / 91 77
comunicacion@lasrozas.es - www.lasrozas.es



@Ayto_Las_Rozas



Ayuntamiento de Las Rozas de Madrid