

La provincia sigue hoy en avisos por altas temperaturas

JAÉN.- El Sistema de Emergencias 1-1-2 aconseja no salir a la calle en las horas centrales del día y prestar especial atención a niños, ancianos y enfermos crónicos. La Agencia Estatal de Meteorología (AEMET) ha activado, entre las 12:00 y las 20:00 horas de hoy, el aviso naranja por altas temperaturas en la campiña cordobesa, donde se prevén alcanzar 41 grados, y las comarcas jienenses de Morena y Condado y Valle del Guadalquivir, con máximas de hasta 40 grados, según informa el servicio de emergencias 1-1-2 Andalucía. Los avisos son amarillos en la Sierra y Pedroches y Subbética cordobesa; en Capital y Montes y Cazorla y Segura (Jaén), en la Sierra de Aracena, El Andévalo y El Condado (Huelva); la Campiña y Sierra Norte de Sevilla, la Cuenca del Genil (Granada) y en el Poniente y Almería capital, con temperaturas que alcanzarán los 39 grados. Además, en la zona del Estrecho la Agencia Estatal de Meteorología mantiene vigente el aviso amarillo por fenómenos costeros (que seguirá activo hasta medianoche del domingo). Recomendaciones a la población. El Sistema de Emergencias 1-1-2 Andalucía recuerda a la ciudadanía que para intentar prevenir riesgos asociados a las altas temperaturas lo más aconsejable es no salir a la calle en las horas principales del día, no hacer esfuerzos físicos, deporte o actividades poco habituales. Si salimos a la calle, es importante llevar gafas de sol, ropa de tejidos ligeros y de colores claros y protegeremos la cabeza con sombrero, gorra o sombrilla. Otro de los consejos del 1-1-2 ante el calor es mantener una buena hidratación, lo más adecuado es beber aunque no se tenga sensación de sed y evitar el consumo de alcohol, que consigue el efecto contrario. Los niños, los mayores y los enfermos crónicos, colectivos más vulnerables en estos casos, merecen una atención especial porque no suelen presentar sensación de sed, por lo que hay

que ofrecerles agua de forma reiterada. En ningún caso dejar a nadie, tampoco a las mascotas, en el interior de un vehículo cerrado. La ventilación de las viviendas debe realizarse a primera y a última hora de la tarde, abriendo las ventanas para intentar crear una corriente que renueve el aire y refresque las estancias. Durante las horas de más calor, es muy importante mantener cerradas las ventanas y persianas que estén expuestas al sol y siempre que sea posible usar el aire acondicionado o el ventilador y, en caso de no disponer, permanecer en la estancia más fresca de la vivienda.