

BANDO

En cumplimiento del Plan de Prevención de los efectos en salud del exceso de temperaturas en Navarra, coordinado por el Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra (ISPLN) con la colaboración del Proyecto LIFE-IP NAdapta-CC, **SE HACE SABER:**

- Que las temperaturas elevadas constituyen una amenaza para la salud de las personas y, en especial para los llamados grupos de riesgo, formados por personas de edad avanzada, menores de 4 años, embarazadas o personas con enfermedades crónicas, por lo que les conviene, en todo caso, estar asistidas o bajo control médico. En caso de gente mayor, contactar al menos dos veces al día y asegurarse de su estado de salud y de la aplicación de las medidas de prevención.

- Para niñas y niños menores de 4 años, en especial, evitar temperaturas excesivamente frías o que les den directamente, así como cambios bruscos de temperatura. Favorecer los juegos de mesa y manualidades en los periodos de más calor o juegos de agua (piscinas, playas). No dejarles solos en un coche o espacio pequeño y ofrecer una alimentación sana y equilibrada con alimentos frescos y ligeros. En caso de lactancia materna, ofrecerla con mayor frecuencia.

- Para la población trabajadora es necesario que informen a la persona responsable de si alguna vez se ha tenido problemas de salud en relación con el calor o si parece que no se está aclimatado al calor con las tareas realizadas, así como informar a las personas encargadas de la vigilancia de la salud de si se padecen enfermedades crónicas o del consumo habitual de fármacos. Es importante también adaptar el ritmo de trabajo a la tolerancia al calor, descansar en lugares frescos varias veces a lo largo de la jornada laboral. Cesar la actividad si se detectan algunos de estos síntomas previos al golpe de calor: calambres, mareos, piel fría y mojada por el sudor, signos de deshidratación, como sed, boca y mucosas secas, debilidad, fatiga excesiva, náuseas, taquicardia, etc. Evitar comer mucho y comidas ricas en grasas, usar ropa ligera y holgada, proteger la cabeza del sol, protección solar, ducharse/refrescarse al fin de la jornada laboral y si es necesario durante ella.

- Para los animales domésticos especial cuidado en la hidratación, evitar que realicen demasiado ejercicio, cepillado para eliminar pelos muertos que bloquean la expulsión del calor, lugares sombríos para su descanso, salidas a la calle a primera hora de la mañana o a la noche evitando las horas centrales del día, atención a reacciones poco habituales y que nunca permanezcan solos en el coche.

- Queda **PROHIBIDO:** Encender fogatas y barbacoas en zonas periurbanas y rústicas de todo el término municipal, salvo autorización expresa, hacer fuego en terreno forestal y en una franja de 400 metros circundantes, usar cohetes y artefactos pirotécnicos que requieren de una autorización expresa, emplear maquinaria agraria, de corte y soldadura así como otros equipos cuyo funcionamiento pueda generar deflagraciones, chispas o descargas eléctricas, en terreno forestal y en una franja de 400 metros a su alrededor, en caso de suelo no urbano, salvo autorización.

- Es obligada la revisión del estado de la vegetación de las parcelas de su propiedad/uso y el desbroce de forma preventiva de una franja perimetral.

- Se recuerda también la importancia de depositar los restos vegetales en el Punto Limpio o vertedero autorizado, evitando el acopio de estos residuos en lugares no destinados a ello.

Para mayor información podrán consultarse, entre otras, las páginas de Internet:

http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Actualidad/Verano/ y la página web del Ayuntamiento de Olazti/Olazagutia: www.olazti.com