



ELABORACIÓN DE PLAN DE ACTUACIÓN EN CENTROS SOCIOSANITARIOS ANTE OLAS DE CALOR

De acuerdo a la información contenida en el Plan Nacional de Actuaciones Preventivas de los Efectos del Exceso de Temperaturas sobre la Salud del año 2023, emitido por el Ministerio de Sanidad, las previsiones meteorológicas indican un aumento en la frecuencia y la intensidad de los episodios de calor intenso. Este fenómeno viene asociado a temperaturas máximas y mínimas anormalmente altas respecto a la época considerada, y a su persistencia en el tiempo.

El aumento de las temperaturas debido al cambio climático hará que las olas de calor sean cada vez más intensas, duraderas, frecuentes y tempranas.

Numerosos estudios y planes determinan que entre la población más vulnerable a los efectos del calor en el organismo se encuentran los ancianos, los niños, sobre todo los lactantes menores de 12 meses, las personas con enfermedades crónicas, las que requieren determinados medicamentos y las personas dependientes.

1. ANTECEDENTES

Las recientes olas de calor que se han registrado en toda Europa han puesto de manifiesto la importancia de que las administraciones cuenten con planes y sistemas de vigilancia para prevenir los efectos adversos de las temperaturas elevadas sobre la población.

Con este objetivo se elaboran por parte de las autoridades planes de intervención y recomendaciones a la población. En relación al tema que nos ocupa, se establecen regularmente los planes nacionales de actuación frente al exceso de temperaturas estivales, siendo el último, el [Plan Nacional de Actuaciones Preventivas de los Efectos del Exceso de Temperaturas sobre la Salud para 2023](#) (aprobado el pasado 17 de abril de 2023 por la Comisión Interministerial, en la que el Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 está representado a través del Imsero).

Se establecen asimismo los correspondientes Planes de las distintas Comunidades Autónomas, entre ellas el de la Comunidad de Madrid: [Plan de Vigilancia y Control de los Efectos de las Olas de Calor](#). Año 2023.

Además la Dirección General de Coordinación Socio-Sanitaria de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid publicó las "Recomendaciones para los responsables y personal de los centros para las personas mayores. Apoyo a las personas vulnerables antes y durante las olas de calor". Abril 2023.

Según se indica en el Plan Nacional de Actuaciones Preventivas de los Efectos del Exceso de Temperaturas sobre la Salud emitido por el Ministerio de Sanidad en el año 2023,



la exposición humana a temperaturas ambientales elevadas puede provocar una respuesta fisiológica insuficiente del sistema termorregulador. Se indica también que el impacto de la exposición al calor excesivo está influido por el envejecimiento fisiológico y las enfermedades subyacentes y en algunas personas con determinadas enfermedades crónicas, sometidas a ciertos tratamientos médicos y con discapacidades que limitan su autonomía, los mecanismos de termorregulación pueden verse descompensados.

El Plan Nacional enumera como **factores de riesgo personales** asociados con la exposición a olas de calor, los siguientes:

- Personas mayores de 65 años.
- Lactantes y menores de 4 años.
- Mujeres gestantes.
- Personas con enfermedades cardiovasculares, respiratorias y mentales (demencias, Parkinson, Alzheimer, ...).
- Personas con enfermedades crónicas (diabetes mellitus, obesidad mórbida,...).
- Personas con ciertos tratamientos médicos (diuréticos, neurolépticos, anticolinérgicos y tranquilizantes).
- Personas con trastornos de la memoria, dificultades de comprensión o de orientación o poca autonomía en la vida cotidiana.
- Personas con dificultades en la adaptación al calor.
- Personas con enfermedades agudas durante los episodios de temperaturas excesivas.
- Personas que consumen alcohol y otras drogas.

Además, el Plan de Vigilancia y Control de los Efectos de las Olas de Calor de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, identifica como población DIANA para la intervención del Plan a los mayores frágiles, es decir, las personas mayores de 80 años, y muy especialmente los que:

- Viven solos, o con un cónyuge muy mayor o enfermo, o con escaso apoyo socio-familiar.
- Tienen demencia o problemas cognitivos.
- Padecen alguna enfermedad o invalidez grave.
- Están en tratamiento con medicamentos vitales.
- Han sido dados de alta del hospital recientemente.
- Viven en los últimos pisos de viviendas sin ascensor y sin aire acondicionado. Con nivel socio-económico bajo.

2. COMPETENCIA

Corresponde a la Comunidad de Madrid, en el ejercicio de las competencias que le atribuyen los artículos 26.1.23, 26.1.24 y 26.1.25 de su Estatuto de Autonomía, aprobado por





Ley Orgánica 3/1983, de 25 de febrero, modificada por las Leyes Orgánicas 10/1994, de 24 de marzo y 5/1998, de 7 de julio, el desarrollo de políticas públicas de promoción, ayuda, protección y tutela de los grupos sociales necesitados de especial atención.

La ley 12/2022, de 21 de diciembre, de servicios sociales de la Comunidad de Madrid tienen por objeto, no solo garantizar la adecuada atención de los Centros de Servicios Sociales y Servicios de Acción Social desde un punto de vista de estricta legalidad, sino también de asegurar la adecuada prestación de los servicios sociales por las Entidades autorizadas de acuerdo a los parámetros de calidad, tanto a aspectos materiales y funcionales y a los procesos definidos para la prestación de servicios.

Asimismo, La Orden 2493/2022, de 13 de diciembre, de la Consejera de Familia, Juventud y Política Social, por la que se aprueba el Plan de Calidad e Inspección de Servicios Sociales en la Comunidad de Madrid para el período 2023-2024, en su Línea V Evaluación y mejora de la calidad de los centros y servicios de acción social, se establece el Impulsar la implantación y utilización de protocolos, registros e indicadores en los centros de los sectores considerados prioritarios, de manera que repercutan en la mejora de la atención prestada y en el bienestar de las personas usuarias, y que faciliten la medición integral y continuada del servicio prestado.

La Orden 612/1990, de 6 de noviembre, de la Consejería de Integración Social, establece, en su apartado 3.2.1 del Anexo I-B, que la organización de las actividades propias de la zona residencial responderá a criterios que combinen funcionalidad, higiene y bienestar.

Por otro lado, de conformidad a lo establecido en los apartados 2 y 4 del artículo 21 del Decreto 208/2021, de 1 de septiembre, del Consejo de Gobierno, por el que se establece la estructura orgánica de la Consejería de Familia, Juventud y Política Social, corresponde a la Dirección General de Evaluación, Calidad e Innovación, las competencias en la ordenación de la actividad de los centros y servicios de acción social, y el establecimiento, evaluación y propuesta de acciones de mejora de los objetivos institucionales de calidad y seguridad en todos los centros y servicios de acción social, enfocadas a los procesos asistenciales y organizativos, así como en el desarrollo de actuaciones para mejorar la atención de los usuarios de los centros y servicios de acción social.

De conformidad con lo anterior, en el ejercicio de las atribuciones conferidas por el artículo 47 de la Ley 1/1983, de 13 de diciembre, de Gobierno y Administración de la Comunidad de Madrid, y de acuerdo con lo dispuesto en los apartados 2 y 4 del artículo 21 del Decreto 2028/2021, de 1 de septiembre, esta Dirección General considera necesario la elaboración de un Plan específico de actuación ante las olas de calor por parte de cada centro Sociosanitario de la Comunidad de Madrid.

3. ELABORACIÓN DE UN PLAN DE ACTUACIÓN ANTE OLAS DE CALOR EN CENTROS SOCIOSANITARIOS



Es especialmente relevante que los centros sociosanitarios donde se encuentran las personas con mayores factores de riesgo personales de sufrir los efectos de una ola de calor, elaboren un plan de actuación que les permita anticiparse a dichos efectos con la adopción de medidas eficaces y reparatorias ante los niveles de riesgo establecidos en función de las temperaturas máximas previstas por la Agencia Estatal de Meteorología (AEMET).

Los tres niveles de riesgo se visualizan con los colores de un semáforo y son: normalidad (verde), precaución (amarillo) y alto riesgo (rojo).

El plan de actuación deberá basarse en unos preparativos anticipados del centro adaptados a los diferentes niveles de alarma, de acuerdo a las recomendaciones establecidas por la Consejería de Sanidad y, en concreto, por la Dirección General de Coordinación Sociosanitaria.

- Nivel Verde (Normalidad): Temperaturas previstas no superiores a 36,5°C: programa de preparación de verano ante la ola de calor.
 - Organización del trabajo:
 - Deberá establecerse los medios a través de los cuales se va a asegurar que el plan del centro se implemente correctamente (habrá que disponer de personal suficiente para aplicar las medidas necesarias en la eventualidad de una ola de calor).
 - Se establecerá e informará de la ayuda adicional que deberán prestar los familiares de los residentes y los voluntarios, identificando las zonas frescas del centro.
 - Se determinarán las medidas, acciones y formación para aumentar la concienciación del personal frente a las enfermedades relacionadas con el calor y las medidas sanitarias de protección.
 - Instalaciones:
 - Se garantizará que se dispone de un suministro adecuado de ventiladores y rociadores de agua.
 - Se garantizará que el agua y el hielo estén ampliamente disponibles. Los centros asegurarán tener un suministro de sales de rehidratación oral, zumo de naranja y plátanos para ayudar a mantener el equilibrio electrolítico en el caso de las personas que toman diuréticos.
 - Se establecerán las medidas para que las bebidas frías se distribuyan regularmente en caso de una ola de calor.
 - Se adaptarán los menús a las comidas frías (preferiblemente con un alto contenido de agua, tal como fruta y ensaladas) consultando con los residentes.





- Residentes:
 - Se identificarán los usuarios con un mayor riesgo, consultando al personal de atención primaria si no se está seguro.
 - Se deberán realizar protocolos para monitorizar a los residentes en mayor riesgo y para proporcionar atención y apoyo adicionales (será necesario monitorizar la temperatura de la habitación, la temperatura corporal, frecuencia del pulso, la presión arterial y la deshidratación).
 - En su caso, en relación a los residentes con mayor riesgo, se consultará a los médicos del centros o de Atención Primaria sobre posibles cambios en el tratamiento o medicación en caso de una ola de calor y revise a los residentes con múltiples medicamentos.
 - Se comprobará que los residentes dispongan de ropa de algodón ligera y holgada. Se tendrá en cuenta que los protectores y los colchones de plástico pueden dar mucho calor durante las olas de calor.
- Nivel Amarillo (Precaución). Alerta tipo 1: Se activa este nivel cuando la temperatura máxima prevista para ese día o alguno de los cuatro siguientes es superior a 36,5°C, sin que haya más de tres días consecutivos a esta temperatura.
 - Deberá identificarse a los residentes de alto riesgo.
 - Si las temperaturas interiores superan los 26°C, el plan determinará que las personas de alto riesgo deberán trasladarse a una zona fresca (identificada) que esté a una temperatura de 26°C o menos. En el caso de los que no se puedan trasladar o de aquellos que se podrían desorientar demasiado al trasladarles, se determinarán las medidas para refrescarles (ej.: líquidos, compresas frías) y el aumento de la vigilancia.
 - Se publicarán en el centro las previsiones meteorológicas y se informará de ellas a usuarios y familiares.
 - Se determinarán las funciones que debe realizar cada empleado durante la ola de calor.
 - Se consultarán con el médico de cada usuario los posibles cambios en su tratamiento y/o medicación; así como las medidas de rehidratación oral en el caso de aquellos que toman altas dosis de diuréticos.
 - Se registrarán las temperaturas interiores regularmente durante los períodos de más calor en todas las zonas en las que residen usuarios.
 - Se comunicarán las alertas al personal y se asegurará de que tenga la información correspondiente sobre el plan frente a las olas de calor.
 - Se determinarán y prepararán las zonas frescas y se proporcionarán regularmente toallas húmedas y baños de pies fríos.
 - Cada centro deberá asegurarse de que dispone de los medios y del personal suficiente para el cumplimiento del plan frente a las olas de calor.





- Nivel Rojo (Alto riesgo). Alerta tipo 2: Se activa este nivel cuando la temperatura máxima prevista para ese día o alguno de los cuatro siguientes es superior a 38,5°C o se prevé que haya más de tres días consecutivos de este periodo con temperaturas máximas superiores a 36,5°C.
 - Mantener el centro lo más fresco posible:
 - El plan determinará los medios que aseguren que se han tomado las medidas indicadas para el Nivel 1 y 2.
 - Se activarán planes para mantener la continuidad de la actividad del centro, incluyendo un posible aumento de la demanda de servicios.
 - Se establecerán medidas para, en su caso, aumentar el sombreado exterior. En su caso, se determinará la frecuencia y medios para el riego del suelo exterior que ayude a enfriar el aire (se evitarán los peligros de resbalones y se comprobará que no existen restricciones locales sobre el consumo de agua durante los períodos de sequía antes de usar las mangueras).
 - Se mantendrán las cortinas y ventanas cerradas mientras la temperatura exterior sea más alta que la interior.
 - Cuando la temperatura exterior esté por debajo de la temperatura interior, se abrirán las ventanas. Puede que esto no ocurra hasta muy tarde (por la noche o en las primeras horas de la mañana).
 - Se desaconsejará la actividad física para los residentes y las salidas durante las horas más calurosas del día (de 11.00 a 15.00 horas).
 - Se comprobará que las temperaturas interiores se registran regularmente durante los períodos de más calor en todas las zonas en las que residen usuarios.
 - Se garantizará que el personal puede ayudar y asistir a los usuarios.
 - Se determinarán los medios para enfriar el edificio.
 - Se establecerán las medidas necesarias para reducir la temperatura interior (por ejemplo, apagando las luces y los aparatos eléctricos innecesarios).
 - Se valorará un cambio de horario de las visitas a las mañanas o las tardes-noches para evitar el calor durante la tarde debido a la concentración de gente. Previamente se informará a los familiares, sin que en ningún caso puedan restringirse las visitas.
 - Monitorizar a los residentes:
 - Se establecerán las medidas para controlar la temperatura corporal, la frecuencia cardíaca y respiratoria, la presión arterial y los niveles de hidratación.
 - Se determinarán las medidas para identificar cualquier cambio en el comportamiento, especialmente a la somnolencia excesiva, de los residentes.





- Se establecerán las medidas para identificar los signos de dolor de cabeza, cansancio inusual, debilidad, vértigo, desorientación o problemas para dormir.
- Reducir los riesgos del calor para la salud:
 - Se aconsejará a los residentes que permanezcan en las zonas más frescas del edificio tanto como sea posible.
 - Se establecerán las medidas de movilización de los residentes para que pasen más tiempo en la habitación / zona fresca (por debajo de 26°C), dando prioridad y tiempo adicional a los residentes de alto riesgo o a los que muestren signos de angustia (incluido aumento de la temperatura corporal); en el caso de los que no se pueden trasladar o aquellos que se podrían desorientar demasiado al trasladarles, se tomará medidas para refrescarles (ej.: líquidos, compresas frías) y se aumentará la vigilancia.
 - Se monitorizará la ingesta de líquidos de los residentes, proporcionándoles bebidas frías con regularidad, especialmente si no siempre pueden beber sin ayuda. Se debe recordar la importancia del aumento de ingesta de líquidos durante los períodos de temperaturas altas para reducir el riesgo de infecciones del flujo sanguíneo causadas por bacterias Gram-negativas. Las sales de rehidratación oral son recomendables para quienes toman altas dosis de diuréticos. Los plátanos, el zumo de naranja y ocasionalmente los snacks salados también pueden ayudar a reemplazar las sales perdidas debido a la sudoración.
 - Se aconsejará e informará a los residentes que eviten la cafeína (café, té, refrescos de cola), las bebidas muy dulces y el alcohol.
 - El centro informará y adoptará las medidas para que los residentes usen ropa de algodón ligera y holgada para absorber el sudor y prevenir la irritación de la piel.

Y teniendo en cuenta el decálogo de recomendaciones generales, se concretarán los procedimientos para monitorizar y garantizar:

1. Que los usuarios beban agua o líquidos con frecuencia, aunque no sientan sed y con independencia de la actividad física que realicen.
2. Que se eviten las bebidas con cafeína, alcohol o muy azucaradas, ya que pueden favorecer la deshidratación.
3. Que aunque cualquier persona puede sufrir un problema relacionado con el calor, el plan del centro se adecúe a la tipología de usuarios a los que debe prestar especial atención a bebés, menores, mujeres embarazadas o lactantes, así como a personas mayores o con enfermedades que puedan agravarse con el calor (como las enfermedades cardíacas, renales, diabetes, hipertensión, obesidad, cáncer, patologías que dificultan la movilidad, demencia y otras enfermedades mentales, así como el abuso de drogas o alcohol).



4. Que existen medidas para garantizar que los usuarios se encuentran el mayor tiempo posible en lugares frescos, a la sombra o climatizados, y que existen los medios suficientes para que los usuarios se refresquen cada vez que lo necesiten.
5. Que se realizan las adaptaciones necesarias para reducir la actividad física.
6. Que se informa a los usuarios y se posibilita que utilicen ropa ligera, holgada y que deje transpirar.
7. Que se adoptan las medidas necesarias para que nunca se deje a ninguna persona en un vehículo estacionado y cerrado (especialmente a personas menores de edad, mayores o con enfermedades crónicas).
8. Que se protocolizan las medidas para poder consultar a los profesionales sanitarios ante síntomas que se prolonguen más de una hora y que puedan estar relacionados con las altas temperaturas.
9. Que las medicinas se ubican en un lugar fresco, ya que el calor puede alterar su composición y sus efectos.
10. Que, en la medida de lo posible, se adoptan las medidas para adecuar los menús a los niveles de alerta, intentando establecer comidas ligeras que ayuden a reponer las sales perdidas por el sudor (ensaladas, frutas, verduras, zumos, etc.)
11. Los profesionales del centro comunicaran con antelación a las familias las alertas de calor así como las medidas de protección de los residentes adoptadas.

Este plan deberá adaptarse a la situación arquitectónica actual de cada centro (distribución de plantas, tipología de usuarios que las ocupan, ubicación de salas de estar, zonas de esparcimiento exteriores, comedores, enfermería, etc...) y deben registrarse cronológicamente todas aquellas nuevas actuaciones arquitectónicas que se acomentan con el fin de paliar los efectos de las olas de calor en los residentes.

Este Plan de actuación deberá ser aprobado por el equipo multidisciplinar del centro, deberá contar con un responsable de aplicación de dicho plan y un sustituto en caso de ausencia del primer responsable. El plan de actuación estará a disposición de los servicios sociales de la Comunidad de Madrid.

Corresponde a los Directores de los Centros divulgar entre los empleados afectados, usuarios y familiares este documento, así como velar por su cumplimiento. El centro deberá constituir un Comité de seguimiento, el cual se encargará de debatir, desarrollar y actualizar el contenido de este plan de contingencia.

4. MÁS INFORMACIÓN

Boletín de información diario de Ola de Calor:

Hasta el 15 de septiembre es posible acceder al Boletín de información diario de Ola de Calor <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/boletin-informacion-olas-calor> donde los responsables de los centros podrán acceder a información sobre la evolución de las temperaturas máximas previstas para el día de la consulta y los próximos 4 días.



Información sobre niveles de alerta:

La Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid dispone de planes de actuación frente a las temperaturas extremas: el Plan de Vigilancia y Control de los Efectos de las Olas de Calor y el Plan de Vigilancia y Control de los Efectos del Frío en la Salud. El objetivo principal es minimizar los riesgos y los efectos sobre la salud de las temperaturas muy altas o muy bajas que se registran durante el verano y durante el periodo invernal respectivamente.

Se recomienda que los directores y el personal sanitario de los centros se den de alta (desde el siguiente enlace: https://gestiona3.madrid.org/soca_web_inter/Ciudadano.icm)

Información general sobre el calor y la salud:

Se puede conseguir información ampliada sobre calor y salud en la web: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/boletin-informacion-olas-calor>

EL DIRECTOR GENERAL DE EVALUACIÓN, CALIDAD E INNOVACIÓN

