

# DOCUMENTO TÉCNICO DE RECOMENDACIONES PARA LAS PERSONAS RESPONSABLES DE LOS CENTROS SOCIALES Y RESIDENCIALES ORIENTADAS A PREVENIR LOS EFECTOS DE LA EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS EXTREMAS POR OLA DE CALOR

Vers. 2 (19/05/23)

*Este documento de recomendaciones ha sido elaborado por el Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 y fue presentado al Consejo Territorial de Servicios Sociales y del SAAD en su sesión extraordinaria de 12 de mayo de 2023.*

*Las recomendaciones son complementarias con las contenidas en el [Plan Nacional de Actuaciones preventivas de los efectos del exceso de temperaturas sobre la salud](#), (2023), del Ministerio de Sanidad.*

## ÍNDICE

	Pág
1.- Antecedentes y justificación	3
2.- Recomendaciones	6
• SOBRE EL PLAN DE COMUNICACIÓN	6
• SOBRE LA ALERTA DE RIESGO POR CALOR.	6
• SOBRE LA EVALUACIÓN DEL RIESGO	7
• SOBRE EL PROTOCOLO FRENTE A LA OLA DE CALOR EN CENTROS RESIDENCIALES	7
• SOBRE EL PROTOCOLO FRENTE A LA OLA DE CALOR EN SERVICIOS SOCIALES COMUNITARIOS	8
• SOBRE EL PROTOCOLO FRENTE A LA OLA DE CALOR EN LA ATENCIÓN A PERSONAS SIN HOGAR	9
• SOBRE EL PROTOCOLO FRENTE A LA OLA DE CALOR EN LA ATENCIÓN A PERSONAS QUE VIVEN EN INFRAVIVIENDAS Y/O ASENTAMIENTOS SEGREGADOS	10
• SOBRE RESPONSABILIDAD EN LA ACTIVACION DEL PROTOCOLO	10
• SOBRE LA FORMACIÓN DEL PERSONAL DE LOS CENTROS Y SERVICIOS SOCIALES	10
• SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS Y DE PROTECCIÓN EN GENERAL	11
3.- Gobernanza	12

*Este documento está abierto a revisión y a sucesivas modificaciones.*

PANEL DE REVISIONES			
Fecha	Autor/informante	Modificación	pág
19/05/22	MDSA2030	- Se incorpora último párrafo a recomendación 10 (SS comunitarios)	8
19/05/22	MDSA2030	- Se actualiza <i>Plan Nacional de Actuaciones preventivas de los efectos del exceso de temperaturas sobre la salud (2023)</i>	6

## 1.- ANTECEDENTES Y JUSTIFICACIÓN

Las cada vez más frecuentes *olas de calor*<sup>1</sup> tienen unas implicaciones muy graves para la salud de la ciudadanía ocasionando, como vimos en el verano de 2022, miles de muertes atribuibles a las altas temperaturas y muy especialmente en algunos grupos vulnerables de la población. El innegable cambio climático acelerado en el que estamos inmersos tiene, desgraciadamente, como consecuencia directa que los episodios considerados antes como excepcionales pasen a ser recurrentes de forma que se debe establecer un abordaje que ofrezca respuestas inmediatas para paliar sus efectos.

El sistema de Monitorización de la Mortalidad en personas solicitantes de valoración de dependencia (MoMo-dependencia/Imserso) presentó entre junio y septiembre de 2022 un “pico” de fallecimientos excesivos de 18.614 que concuerda con los fallecimientos excesivos (atribuibles a todas las causas) a nivel nacional estimados por el Centro Nacional de Epidemiología (MoMo ISCIII-CNE), con 22.814. En ambos casos se trata de fallecimientos excesivos por todas las causas.

Se estima<sup>2</sup> así mismo que de los fallecimientos excesivos del verano de 2022, al menos 4.813 muertes atribuibles al calor, de las cuales el 85% fueron de personas de 75 o más años, si bien considerando el exceso global de mortalidad de los meses de julio y agosto de ese año (descontado el efecto COVID-19) el número de fallecimientos atribuibles al calor pudiera ser superior.

Es conocida la relación que las altas temperaturas tienen con la morbilidad y mortalidad. La exposición prolongada a temperaturas ambientales elevadas tiene efectos directos en el organismo entre los que destacamos, de menor a mayor gravedad, los siguientes:

- Stress por calor, definido como las molestias y tensión psicológica asociada con la exposición a elevadas temperaturas.
- Agotamiento por calor, que es una moderada enfermedad debida a la pérdida de agua y / o sal. Los signos y síntomas incluyen intensa sed, debilidad, mal estado general, ansiedad, vértigo, mareos, y dolor de cabeza. La temperatura corporal puede estar normal, por debajo de lo normal o ligeramente elevada (< 40º).
- Golpe de calor, que es una enfermedad o síndrome caracterizada por una elevada temperatura corporal de origen central, que se incrementa por encima de 40º C, y con una disfunción del sistema nervioso central que resulta en delirio, convulsiones incluso coma.

---

<sup>1</sup> La AEMET considera ‘Ola de calor’ un episodio de al menos tres días consecutivos, en que como mínimo el 10% de las estaciones consideradas registran máximas por encima del percentil del 95% de su serie de temperaturas máximas diarias de los meses de julio y agosto del periodo 1971-2000.

<sup>2</sup> Datos ofrecidos por el sistema MoMo del Instituto de Salud Carlos III y RENAVE.

[https://www.isciii.es/QueHacemos/Servicios/VigilanciaSaludPublicaRENAVE/EnfermedadesTransmisibles/MoMo/Documentos/Informe\\_Periodo\\_Estival\\_Desde\\_2022/Informe\\_MoMo\\_verano2022\\_CNE-ISCIII.pdf](https://www.isciii.es/QueHacemos/Servicios/VigilanciaSaludPublicaRENAVE/EnfermedadesTransmisibles/MoMo/Documentos/Informe_Periodo_Estival_Desde_2022/Informe_MoMo_verano2022_CNE-ISCIII.pdf)

Afortunadamente contamos con un sistema de alertas que permitiría predecir las situaciones en las que poner en marcha actuaciones y protocolos diversos dirigidos a la protección de la población en general y de los colectivos más vulnerables en particular.

A nivel nacional con algunos sistemas de monitorización del problema (medición de exceso de fallecimientos) y con un enfoque predictivo que proporciona alertas por territorios, como el índice Kairós, que se concibe como [un sistema diario de alertas de mortalidad](#), por grupo de edad y ámbito geográfico, basado en de superación del umbral crítico de incremento de la tasa de mortalidad y se define de la siguiente forma:

- **Índice Kairós 1:** la probabilidad de un exceso de defunciones atribuibles al calor de más del 10% es inferior al 40%.
- **Índice Kairós 2:** la probabilidad de un exceso de defunciones atribuibles al calor de entre el 40% y el 60%.
- **Índice Kairós 3:** la probabilidad de un exceso de defunciones atribuibles al calor de superior al 60%.

La mayor recurrencia de los fenómenos de calor excesivo, unida a espacios urbanos y/o habitacionales no adaptados para soportar las altas temperaturas, genera una combinación que afecta a todas las personas, pero muy especialmente a algunos grupos de población que se encuentran en algunas de estas situaciones:

- Personas mayores y niñas y niños pequeños por presentar mayor dificultad de control del sistema termorregulador.
- Personas en situación de dependencia.
- Personas con alteraciones de la sudoración como es el caso de aquellas con neuropatía periférica diabética o que toman medicamentos anticolinérgicos o barbitúricos que deprimen la regulación refleja de la temperatura corporal. También personas que tienen un consumo excesivo de alcohol u otras sustancias tóxicas pues deprime el sistema nervioso central y causa además de diuresis y por tanto mayor deshidratación.
- Personas que viven situaciones de pobreza, que viven en infraviviendas, y, especialmente las personas en situación de sinhogarismo.
- Personas que están en situación de aislamiento social.
- Personas que realizan actividades o esfuerzos físicos intensos de cualquier índole (laborales, deportivas, etc.) a la intemperie sin suficiente protección contra el calor.

Una vez identificado el problema, sus consecuencias y contando con herramientas que permiten disponer de alertas de situación, procede disponer de un amplio espectro de protocolos de actuación que se deben activar para proteger a la población.

En las comunidades autónomas y en muchos municipios, existen y se despliegan protocolos de actuación ante el calor que entendemos pueden ser revisados y en su caso, intensificados, complementados y/o ampliados considerando que se trata del abordaje de un problema que ya no es puntual, sino que será recurrente. Dichos protocolos se despliegan a través de los servicios sociales, del sistema sanitario y de otras instancias (p.e: protección civil).

Los centros residenciales en los que se alojan personas en situación de riesgo frente a las temperaturas extremas pueden poner en marcha actuaciones de evaluación del propio centro, sus locales e instalaciones para conocer los puntos críticos, de los procedimientos de activación y las medidas de reorganización del centro para hacer frente a la alerta.

## 2.- RECOMENDACIONES

### SOBRE EL PLAN DE COMUNICACIÓN

1. Se recomienda elaborar y poner en marcha un plan de comunicación, en alianza con los medios, para la difusión de medidas y consejos de autoprotección, así como para incrementar la conciencia del problema y la sensibilización social, promoviendo la adopción de medidas de autocuidado, así como su extensión en el entorno de proximidad y vecinal.
2. Para los centros residenciales se recomienda la difusión activa con medios eficaces de las medidas de protección y prevención activadas en el protocolo frente a los efectos de la ola de calor entre las diferentes personas del centro. Por ejemplo, con la utilización de instalaciones o recursos visibles en la zona de acceso al centro o en los espacios de convivencia.

El centro residencial debe garantizar la difusión y aplicación de las medidas personales de protección frente a la ola de calor, como son el uso de prendas de vestir o de protección frente al calor; revisión y modificación de los horarios; acceso a fuentes o sistemas de hidratación; en la salida/entrada de los residentes...

3. Se recomienda la difusión activa de recursos y medidas para hacer frente a la ola de calor dirigidos a la población en situación de riesgo desde los servicios sociales de atención primaria.

### SOBRE LA ALERTA DE RIESGO POR CALOR.

4. Se recomienda que las personas responsables de los centros y servicios sociales dispongan de información sobre la estimación de riesgo diaria o probabilidad de exceso de mortalidad atribuible a temperatura en su territorio, por ejemplo, [Kairós \(isciii.es\)](http://kairós.isciii.es).
5. El personal directivo de centros y servicios sociales debe estar de alta en el sistema de alertas sobre temperaturas extremas que corresponda al territorio en que se ubica o a través del sistema de alerta del Ministerio de Sanidad (DG Salud Pública) en el marco del Plan Nacional de Actuaciones Preventivas por Altas Temperaturas ([\*Plan Nacional de Actuaciones preventivas de los efectos del exceso de temperaturas sobre la salud\*](#)<sup>3</sup>).

---

<sup>3</sup> Alta en la Subdirección General de Sanidad Ambiental y Salud Laboral. Dirección General de Salud Pública. Ministerio de Sanidad. Pº del Prado, 18-20; 28071-MADRID. Teléfono: 915 962 084/085. E-mail: [sgsas12@sanidad.gob.es](mailto:sgsas12@sanidad.gob.es)

6. Se recomienda la activación de medidas de información y de protección ante los riesgos para la salud frente a temperaturas extremas activas dirigidas a personas en situación de riesgo desde los sistemas de protección social.

#### **SOBRE LA EVALUACIÓN DEL RIESGO**

7. Se recomienda que los centros de atención residencial evalúen su capacidad de garantizar la estancia segura de las personas en el mismo en situación de alerta por ola de calor. Debe disponer de información sobre las condiciones de los locales que utiliza el personal sensible, para garantizar a las personas atendidas un espacio seguro frente a las condiciones de temperaturas extremas. El centro residencial debe asegurar la disponibilidad de equipos e instalaciones para mantener las adecuadas condiciones de climatización, así como su funcionamiento adecuado, en los diferentes locales que utilizan las personas residentes, especialmente aquellas con dificultades de movilidad y/o de comunicación. El centro residencial debe revisar las condiciones y criterios de uso de sus locales o espacios (garantizar ventilación cruzada, evitar concentración de personas en espacios pequeños, facilitar el uso de espacios exteriores con sombra y vegetación,...).
8. Se recomienda que los servicios sociales de atención primaria identifiquen a las personas sensibles ante la ola de calor y evalúen el riesgo derivado de la soledad o las condiciones de vida o alojamiento.

#### **SOBRE EL PROTOCOLO FRENTE A LA OLA DE CALOR EN CENTROS RESIDENCIALES**

9. Se recomienda que cada centro residencial elabore, disponga y difunda entre el personal el protocolo de medidas de prevención de los efectos de la ola de calor. El centro residencial debe garantizar que se activa y aplica correctamente el protocolo frente a la ola de calor<sup>4</sup>.
  - Se recomienda que el protocolo incluya medidas de evaluación y mejora de las condiciones de los locales utilizados por la población sensible, dotación y mantenimiento de instalaciones o equipamiento, para hacer frente a temperaturas extremas y limitar su efecto perjudicial.

---

<sup>4</sup> No debe asumirse que TODOS los centros con personas vulnerables tienen y aplican correctamente protocolos frente al calor. La variedad de instalaciones y las dificultades para el autocuidado que presentan muchas personas (por ejemplo, hidratación constante) requieren extremar la vigilancia sobre cada persona para evitar los efectos y saber cómo actuar si estos se producen. El incremento de fallecidos excesivos de julio de 2022 afectó por igual a personas dependientes atendidas en domicilio y a personas dependientes atendidas en centros residenciales.

- Se recomienda que el protocolo incluya el mantenimiento o modificación de procedimientos activos del centro en previsión para limitar el efecto de las temperaturas extremas (por ejemplo, horarios de paseo o frecuencia de hidratación, adaptación de los menús incrementando la ingesta de agua, utilización de locales).
- Se recomienda que el protocolo incluya medidas orientadas a la protección personal frente al calor.
- Se recomienda que el protocolo incluya medidas orientadas a la identificación precoz de los efectos sobre la salud del calor, así como de la coordinación con el sistema sanitario en su caso.
- Se recomienda que los protocolos que se implementen se alineen con el respeto a las necesidades, voluntad y preferencias de las personas facilitando una atención centrada en las personas en todas las medidas que se pongan en marcha desde una perspectiva de derechos.

#### **SOBRE EL PROTOCOLO FRENTE A LA OLA DE CALOR EN SERVICIOS SOCIALES COMUNITARIOS**

**10.** Se recomienda que los servicios sociales de atención primaria elaboren, dispongan y difundan entre el personal el protocolo de medidas de prevención de los efectos de la ola de calor.

- Se recomienda que el protocolo incluya la identificación de posibles recursos de apoyo a las personas solas o de mayor vulnerabilidad frente a temperaturas extremas si se desencadena una situación de alerta elevada para limitar su efecto perjudicial.
- Se recomienda que el protocolo incluya la difusión activa de medidas orientadas a la protección personal frente al calor (por ejemplo, horarios de paseo o frecuencia de hidratación, adaptación de los menús incrementando la ingesta de agua, utilización de locales en las horas centrales del día).
- Se recomienda que el protocolo incluya medidas orientadas a la identificación precoz de los efectos sobre la salud del calor, así como de la coordinación con el sistema sanitario en su caso.
- Se recomienda que el protocolo incluya medidas concretas para la vigilancia y actuación, especialmente, desde los servicios de teleasistencia y de ayuda a domicilio orientadas a la identificación de situaciones de mayor vulnerabilidad y actuación, en su caso.



## **SOBRE EL PROTOCOLO FRENTE A LA OLA DE CALOR EN LA ATENCIÓN A PERSONAS SIN HOGAR**

Las personas sin hogar en situación de calle son uno de los colectivos sobre los que los fenómenos climatológicos extremos tienen mayor impacto. Tradicionalmente se han atendido situaciones de frío extremo, para las que se habilitan plazas de pernocta y recursos específicos para atender estas situaciones.

Sin embargo, las altas temperaturas suponen también un alto riesgo para el bienestar y la salud de las personas que viven en las calles de nuestros municipios. Las elevadas temperaturas que se esperan en las próximas semanas recomiendan acordar medidas para evitar riesgos para la salud y la vida de estas personas.

Por ello, ante esta situación se proponen las siguientes medidas:

- 11.** Garantizar su acceso a la red de refugios climáticos anteriormente mencionados, que permitan la protección de la población más vulnerable ante episodios de calor.
- 12.** Establecer sistemas y protocolos de coordinación entre los servicios policiales, de emergencia y de atención social para desarrollar actuaciones encaminadas a prevenir, detectar y atender a las personas en situación de sinhogarismo ante ésta y futuras olas de calor extremo.
- 13.** Crear un sistema de alertas de comunicación a través de las redes municipales de atención a personas en situación de sinhogarismo, para identificar y atender situaciones de riesgo.
- 14.** Evitar las expulsiones de los espacios públicos, especialmente de aquellas personas que se estén refugiando de situaciones de calor.
- 15.** Evitar el cierre y facilitar el acceso a las fuentes de agua públicas.
- 16.** Incrementar las plazas de alojamiento en “campañas de calor” en términos similares a las que se habilitan en campañas de frío.
- 17.** Incrementar la provisión de alimentos y bebidas que favorezcan la hidratación de las personas que decidan permanecer en calle.

## **SOBRE EL PROTOCOLO FRENTE A LA OLA DE CALOR EN LA ATENCIÓN A PERSONAS QUE VIVEN EN INFRAVIVIENDAS Y/O ASENTAMIENTOS SEGREGADOS**

18. Realizar un diagnóstico específico de la situación climática de las personas que viven en asentamientos segregados o infraviviendas.
19. Diseñar un plan de actuación y seguimiento continuado de estas situaciones, prestando especial atención a la situación de los niños, niñas y adolescentes afectados, sobre todo de aquellos menores de 5 años, a personas mayores, aquellas con enfermedades graves y/o crónicas y a mujeres embarazadas.
20. Garantizar el acceso continuado al agua potable.
21. Poner en marcha actuaciones socioeducativas que garanticen que los niños, niñas y adolescentes tienen acceso a un entorno físico con una temperatura adecuada, y a una alimentación y bebida que garantice su hidratación permanente. Esto será especialmente relevante en periodos vacacionales y durante las horas centrales del día.
22. Garantizar que las medidas que se diseñen para la población general, lleguen también a las personas y familias que habitan en entornos segregados.

## **SOBRE RESPONSABILIDAD EN LA ACTIVACION DEL PROTOCOLO**

23. Se recomienda que cada centro residencial designe una persona responsable de la activación, puesta en marcha, seguimiento y evaluación de las medidas incluidas en el protocolo frente a la ola de calor ante la alerta correspondiente.
24. Se recomienda que cada servicio social primario designe un/a responsable de la activación y puesta en marcha de medidas incluidas en el protocolo frente a la ola de calor ante la situación de alerta.

## **SOBRE LA FORMACIÓN DEL PERSONAL DE LOS CENTROS Y SERVICIOS SOCIALES**

25. Se recomienda que el servicio social y el centro residencial facilite la formación del personal sobre el efecto del calor sobre las personas, las medidas personales de protección frente al calor y de prevención de los efectos del calor, así como la identificación precoz de los efectos del calor sobre las personas de acuerdo con el modelo de atención centrada en las personas.

## **SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS Y DE PROTECCIÓN EN GENERAL**

**26.** Se recomienda considerar, entre otras, las siguientes medidas:

- Hidratarse frecuentemente, bebiendo agua, zumos, bebidas sin alcohol cada poco tiempo incluso aunque no se tenga sed. Se recomienda como mínimo un vaso cada dos horas y, al menos, 2 litros al día. Evitar bebidas muy azucaradas, las alcohólicas, café, té o cola.
- Aumentar el consumo de frutas de verano y verduras, gazpachos, ensaladas frías. Evitar comidas calientes y pesadas.
- Evitar la exposición directa de rayos del sol situándose o circulando por zonas de sombra. Si no fuera posible, proteger la cabeza con gorra o sombrero para evitar las insolaciones.
- Vestir con ropa holgada, ligera, transpirable, de colores claros.
- Ducharse varias veces al día o utilizar toallas húmedas sobre la piel para refrescarse.
- Permanecer en habitaciones frescas, a ser posible con aire acondicionado.
- Cerrar las ventanas y cortinas de ventanas expuestas al sol.
- Abrir las ventanas y ventilar durante la noche.
- Ante síntomas como sensación de debilidad, mareos, calambres musculares, dolor de cabeza, náuseas (síntomas frecuentes en casos de agotamiento por calor) cesar la actividad, beber líquidos, refrescar el cuerpo y consultar con los servicios sanitarios, incluso avisar al servicio de urgencias sanitarias si los síntomas no disminuyen.

### 3. GOBERNANZA

El MDSA2030, en el seno del **Consejo Territorial**, recopilará y pondrá en común los diversos protocolos ya existentes para la elaboración de unas RECOMENDACIONES COMUNES.

El MDSA2030, obtendrá en el seno del **Consejo Territorial**, el compromiso de actuación de los servicios sociales para prevenir fallecimientos en personas vulnerables por causa de las olas de calor.

El MDSA2030, tratará con la **FEMP** un catálogo de actuaciones posibles como recomendación a todos los municipios españoles. La puesta en marcha de refugios climáticos en las grandes ciudades debe ser un objetivo a trasladar a las mismas.

El MDSA2030, obtendrá la colaboración coordinada de los **ministerios de Sanidad y de Interior** (Protección Civil) para la elaboración de los mensajes y recomendaciones.

El MDSA2030, propondrá a los **medios de comunicación** una ALIANZA para luchar contra las consecuencias en la población de las olas de calor, solicitando su colaboración imprescindible para la toma de conciencia y traslado de información relevante.

***Conocemos el problema y sus consecuencias, podemos predecir los episodios de CALOR con días de antelación, si conseguimos que TODA LA SOCIEDAD tome conciencia del problema y se ACTIVAN TODAS LAS ADMINISTRACIONES para afrontarlo, podemos EVITAR MILES DE MUERTES de personas vulnerables.***