

L'onada de calor es fa sentir amb força a Lleida

Cobrir-se el cap, beure sovint, buscar l'ombra o anar a la piscina, són opcions per afrontar les altes temperatures



Les piscines de Cappont de Lleida | Salvador Miret/ACN

Les elevades temperatures que poden superar els 40°C aquest dijous en algun punt de Ponent porten els lleidatans i les persones que aquests dies visiten **Lleida** a buscar solucions per fer més suportables els efectes de l'onada de calor. Són molts els que opten per cobrir-se el cap amb una gorra o barret.

Alguns ja surten de casa amb una ampolla d'aigua per poder hidratar-se i refrescar-se, mentre que d'altres aprofiten les fonts que hi ha repartides arreu de la ciutat. Els espais a l'ombra també van buscats aquests dies a Lleida, com és el cas dels espais verds habilitats com a refugis climàtics. Remullar-se en alguna de les piscines municipals dels diferents barris, és una altra de les opcions per superar la calor d'aquests dies.

L'onada de calor s'està fent notar amb força a les comarques de Ponent i, segons les previsions, aquest dijous els termòmetres poden sobrepassar els 40°C en alguns indrets del Segrià. Una temperatura extrema que aconsella prendre precaucions per protegir-se del sol, especialment a les hores més fortes de calor.

Aquestes dies es poden veure pel carrer molts lleidatans que utilitzen barrets o gorres, o fins i tot paraigües, per protegir-se del sol. L'aigua és una bona opció per superar la calor. En aquest sentit, també són moltes les persones que surten de casa amb una ampolla o que s'aturen en alguna

font per beure o refrescar-se.

Recórrer a locals amb climatització com ara establiments comercials o centres cívics o bé buscar espais amb ombra, són altres de les solucions per a les quals opten aquests dies molts lleidatans i les persones que visiten la ciutat. En aquest sentit, la capital del Segrià disposa de diferents espais verds habilitats com a espais climàtics com és el cas dels Camps Elisis, el parc de la Mitjana o l'Arborètum, entre altres. Les terrasses de bars on toca el sol es veuen força buides, de la mateixa manera que els parcs infantils, sobretot durant les hores més fortes de calor.

Una altra solució per fer més suportables les altes temperatures d'aquesta setmana és remullar-se a la piscina. Aquests dies, les piscines municipals que hi ha als diferents barris de Lleida estan notant més afluència de l'habitual.

[h3]La Paeria activa la fase 2 del Pla per prevenir els efectes de la calor[/h3]

L'Ajuntament de Lleida va activar aquest dimecres la fase 2 del **Pla d'actuacions per prevenir els efectes d'una onada de calor al municipi de Lleida (POCSMLL)**, davant les temperatures extremes previstes fins diumenge.

Amb l'adopció d'aquesta mesura la Paeria revisa els recursos humans, en concret els voluntaris de protecció civil que es puguin necessitar en una situació de superació de perill alt com a suport atenció a persones vulnerables i que no disposen de condicions adequades al domicili a locals municipals habilitats per fer aquest tipus d'allotjament. Així mateix, també fa una revisió dels recursos materials com ara equipaments dels locals municipals climatitzats (funcionament dels aparells de climatització i disponibilitat de menjar i espais vàlids per allotjaments temporals).

Així mateix, l'Ajuntament intensifica les trucades a les persones més fràgils mitjançant els serveis assistencials en l'àmbit domiciliari recordant les indicacions de prevenció enfront una onada de calor (SAD i TAD). També per part dels equips bàsics d'atenció primària i d'atenció a la infància i de l'alberg municipal es fa un seguiment individualitzat de les persones vulnerables que s'han censat.

A la vegada, des de la Paeria fan una crida a seguir un seguit de recomanacions per prevenir els efectes de la calor dirigides al conjunt de la població de Lleida però, en especial, a aquella més vulnerable al risc de calor com són les persones majors de 75 anys, malalts crònics, persones discapacitades físiques o psíquiques, indigents, així com persones que queden desemparades i exposades directament als efectes de la calor.

Les principals recomanacions són tenir fresca la casa, buscar l'ombra al carrer i beure molta aigua. A casa, s'aconsella tancar les persianes quan hi toca el sol, obrir les finestres durant la nit, estar-se en les zones més fresques del domicili i refrescar l'ambient amb ventiladors o aire condicionat. Pel que fa al carrer, la Paeria recomana evitar sortir al migdia -quan fa més calor-, portar gorra o barret i utilitzar roba lleugera i que no sigui ajustada, mullar-se una mica la cara i la roba, vigilar en els trajectes en cotxe a les hores de més sol i limitar l'activitat física intensa. Així mateix, recomana beure molta aigua, refrescar-se sovint, evitar les begudes alcohòliques i menjars molt calents.