

Activada l'alerta per l'onada de calor, amb temperatures que podran superar els 40 graus

Les previsions indiquen que serà dijous i divendres quan s'arribi al pic màxim i que l'episodi s'allargarà fins diumenge



Els termòmetres aniran a l'alça arreu de Catalunya | Europa Press

La Generalitat ha activat en fase d'alerta per onada de calor el Pla de Protecció Civil de Catalunya PROCICAT. Les previsions del Servei Meteorològic de Catalunya indiquen que a partir d'aquest dimarts s'inicia un episodi d'onada de calor a les comarques de l'oest de Catalunya i a Ponent.

A partir d'aquest dimecres, també s'estendrà a les comarques centrals. El pic màxim de temperatures i la calor extrema es preveu que afecti de manera generalitzada a gairebé tot Catalunya a partir de dijous i divendres. La previsió indica que les temperatures podran superar els 40 graus a l'interior i que l'episodi s'allargui fins diumenge.

Aquesta onada de calor coincideix amb l'augment del risc d'incendis a causa de les altes temperatures, la baixa humitat i el vent, motiu pel qual Protecció Civil (<https://www.naciodigital.cat/noticia/182767/alerta/risc/incendi/davant/onada/calor>) ha demanat a la ciutadania que eviti situacions de risc que puguin generar un incendi forestal.

Perquè hi hagi onada de calor, les previsions meteorològiques han d'indicar que es poden assolir temperatures considerades extremes per un determinat lloc en una determinada època de l'any.

El lindar establert pel Servei Meteorològic de Catalunya és diferent en cada municipi. Per exemple, a Valls està establert en els 36,3 graus, mentre que a Igualada és de 38 graus, a Cerveró de 36,8 graus i a Lleida 38,1 graus. Quan es preveu que aquests valors se superin durant tres dies seguits, és quan s'estableix que s'està davant d'un episodi d'onada de calor.

A partir de demà comença un episodi d'onada de calor que es perllongarà, com a mínim, fins diumenge. L'animació mostra l'evolució de la temperatura a uns 1.500 metres. Més informació, seguint aquest fil ? #meteocat

(https://twitter.com/hashtag/meteocat?src=hash&ref_src=twsrc%5Etfw)
pic.twitter.com/XEwToectvj (<https://t.co/XEwToectvj>)

? Meteocat (@meteocat) June 24, 2019

(https://twitter.com/meteocat/status/1143212582968483841?ref_src=twsrc%5Etfw)

Recomanacions a la ciutadania

Protecció Civil demana extremar les precaucions en les activitats a l'aire lliure a les hores centrals del dia i prendre mesures per protegir nadons i persones grans dels efectes de la calor. Així, ha posat èmfasi en alguns consells d'autoprotecció, com ara hidratar-se molt sovint o evitar sortir al carrer en les hores de màxima insolació, de manera que se surti al carrer a comprar o a fer esports en hores de menys calor.

També es recomana passar un parell d'hores del dia en un centre comercial o un equipament públic si no es disposa de ventilador o d'aire condicionat a casa, i visitar un cop al dia a familiars o persones grans que viuen soles per assegurar-se que s'hidraten i segueixen els consells davant les temperatures elevades.

Seguint el protocol interna, l'Agència de Salut Pública de Catalunya ha posat en fase 2 d'alerta el Pla d'actuació per prevenir els efectes de les possibles onades de calor sobre la salut. Aquí teniu alguns consells per fer-hi front.

(<https://www.naciodigital.cat/noticia/182754/vuit/consells/senzills/superar/onada/calor>)

A més, Protecció ha demanat als ajuntament que prevegin llocs frescos o sales amb aire condicionat en cas que sigui necessari el seu ús i tinguin especial vigilància de les persones majors de 75 anys, sense suport familiar o sense recursos; persones amb discapacitats físiques o psíquiques i limitacions de mobilitat; persones que hagin de romandre o fer activitat física a l'aire lliure (incloses les activitats laborals) i persones amb malalties cròniques.

Recomanacions a treballadors i empreses

També el Departament de Treball, Afers Socials i Famílies ha fet un seguit de recomanacions a les persones que fan feines pesades, a l'aire lliure o en ambients calorosos. Entre aquestes recomanacions per als treballadors, hi ha la de beure aire fresca sovint; menjar aliments lleugers; evitar begudes alcohòliques, amb cafeïna o molt ensucrades; arribar descansat a la feina; no treure's la roba i cobrir el cap; utilitzar roba ampla, clara i fresca, i emprar cremes de protecció solar.

Per a les empreses, el departament demana facilitar descansos freqüents a indrets frescos; organitzar torns per reduir el temps o la intensitat de l'exposició a la calor; planificar les tasques més pesades per a les hores de menys calor; evitar el treball aïllat i posar aigua a disposició de les persones treballadores; facilitar o recomanar a les persones treballadores l'ús de gorres, barrets o roba clara, i posar a la disposició dels treballadors crema de protecció solar.

Treball remarca que aquestes precaucions són especialment importants en ocupacions fortament exposades a l'aire lliure, com ara l'agricultura, la construcció, la jardineria o l'explotació forestal, però

també en llocs tancats com foneries de metall, forns de pa i pastisseries, cuines, forns de maons o bugaderies.

El departament demana estar atents a símptomes com la fatiga, el mal de cap o el vertigen, que poden ser precursors de problemes més greus com la deshidratació o el cop de calor.