

Nota de premsa

Terrassa, 22 de juliol de 2019

L'Ajuntament adopta noves mesures preventives per afrontar la segona onada de calor d'aquest estiu

L'accés a la piscina municipal de Vallparadís serà gratuït per als col·lectius amb risc el dimarts 23 i el dimecres 24, de 10.30 a 18 h

Aquest migdia s'ha iniciat un nou episodi d'onada de calor que, segons el Servei Meteorològic de Catalunya (SMC), durarà fins dijous, dia 25 de juliol. A la comarca el nivell de risc és alt i es preveuen temperatures diürnes superiors als 36 graus entre les 12h i les 18 h, mentre que les nocturnes seran de 20 graus. Davant d'aquesta situació, l'Ajuntament de Terrassa ha activat novament els protocols d'actuació municipal i els consells adreçats per la ciutadania un cop la Generalitat de Catalunya ha activat el Pla Territorial de Protecció Civil (PROCICAT). Des del Centre de Coordinació Operativa de Catalunya (CECAT) també han alertat davant d'un risc potencial d'incendi forestal com a conseqüència de les altes temperatures i la baixa humitat. Avui el nivell d'afectació a la comarca del pla Alfa era d'1 sobre 3.

L'Ajuntament ha adoptat tot un seguit de mesures preventives, algunes amb caràcter excepcional. Una d'elles és la instal·lació de dos inflables d'aigua a la zona de les Hortes dels Frares, al Parc de Vallparadís, d'ús lliure controlat per monitors/es, i que estaran disponibles el dimarts 23 i el dimecres 24 de juliol, de 12 a 18h. Els menors d'edat hauran d'anar acompanyats d'adults, ja que l'ús d'aquestes instal·lacions serà sota la responsabilitat de les persones usuàries. La segona mesura de caràcter extraordinari és l'accés gratuït a la piscina municipal del Parc de Vallparadís per a les persones incloses en els col·lectius de risc, és a dir, persones majors de 65 anys; persones amb capacitats diverses; i nadons i menors de 7 anys acompanyats d'una persona adulta (en cas que hi vagin amb infants de 7 o més anys, aquests no estarien inclosos en la gratuïtat). Aquesta mesura serà efectiva el dimarts 23 i el dimecres 24 de juliol, de 10.30 a 18 h, i respectant l'aforament del recinte.

Polícia Municipal col·labora de manera activa amb Serveis Socials i Creu Roja, ja que han activat el protocol de calor per fer un seguiment acurat dels col·lectius i les



[terrassa.cat](http://www.terrassa.cat)



[facebook.com/ajterrassa](https://www.facebook.com/ajterrassa)



twitter.com/ajterrassa

persones més vulnerables. El personal municipal que treballa a l'aire lliure també ha rebut les recomanacions bàsiques d'autoprotecció davant la intensa calor.

Habilitació d'espais amb aire condicionat

En aquests episodis de calor intensa, el servei de Protecció Civil aconsella als ajuntaments que facin una previsió de llocs frescos o sales amb aire condicionat en cas que sigui necessari el seu ús. També recomanen que es tingui especial vigilància dels 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 també persones amb malalties cròniques.

En el cas de Terrassa, l'Ajuntament ha previst punts d'acollida als centres cívics del Maria Aurèlia Capmany (Av. d'Àngel Sallent, 55) i de l'Alcalde Morera (plaça de Can Palet, 1) que estarien disponibles per aquelles persones que no puguin trobar espais amb temperatures més baixes pels seus propis mitjans. A més, algunes biblioteques modifiquen els seus horaris. Així, des d'avui i fins dimecres la Biblioteca Central (BCT) farà horari continuat (de 10 h a 20,30 h) i la Bd6, de 14 h a 20 h.

Consells d'autoprotecció per a les persones

Els dies de calor intensa obliguen al cos a fer un esforç d'adaptació per mantenir la temperatura normal. La pèrdua d'aigua i de sals minerals per la suor, si no es reposa, produeix símptomes com mal de cap, mareig, nàusees i vòmits, debilitat muscular i rampes, i pot augmentar la temperatura corporal, que pot derivar en complicacions de salut i provocar, fins i tot, la mort si no es rep atenció mèdica urgent.

Per aquest motiu, l'Ajuntament recorda novament als terrassencs i terrassenques els següents consells d'autoprotecció:

- Eviteu les hores centrals del dia per a fer activitats d'esforç a l'aire lliure. Si sortiu a fer esport, com córrer o anar en bicicleta, ho heu de fer a primera hora del matí o al vespre perquè són els períodes en què disminueix la calor.
- Eviteu sortir al carrer en les hores de màxima insolació i, per tant, tasques com anar a comprar, realitzeu-les preferentment en les primeres hores del matí o a la tarda, quan el sol ja declina.



terrassa.cat



facebook.com/ajterrassa



twitter.com/ajterrassa

- Beveu força aigua sense esperar a tenir set. Eviteu les begudes alcohòliques, el cafè, el te i les begudes refrescants ensucrades.
- Feu àpats lleugers (amanides, verdures, gaspatxo, fruites, sucs...) per recuperar així les sals minerals perdudes per la suor. Eviteu els menjars molt calents i els que aportin moltes calories.
- Les persones que treballin a l'aire lliure han de portar el cap cobert amb una gorra i han de beure més aigua de l'habitual.
- Si no disposeu de ventilador o aire condicionat a casa, una bona solució és passar, almenys, un parell d'hores en un lloc climatitzat (centre comercial, biblioteca pública) o bé en indrets frescos i a l'ombra. En cas de molta sensació de calor, mulleu-vos la cara i fins i tot la roba, o preneu una dutxa o un bany fresc.
- Porteu roba lleugera, de colors clars i no ajustada; calçat fresc, còmode i que transpiri; poseu-vos una gorra o un barret i utilitzeu protecció solar.
- A casa, abaixeu les persianes i eviteu que el sol entri directament. No obriu les finestres quan la temperatura exterior sigui més alta que la interior i obri-les a la nit per refrescar la casa.
- Si observeu una persona amb algun signe d'esgotament per calor o de cop de calor, procureu posar-la a l'ombra en un indret fresc i refresqueu-la: doneu-li aigua fresca, mulleu-la (mànega, dutxa o banyera, tovallola molla), venteu-la i aviseu a l'atenció mèdica urgent (112).

També és important identificar els col·lectius de risc perquè pateixen els efectes de la calor severa i poden deshidratar-se de seguida, ja que no tenen sensació de set. Els col·lectius vulnerables són els següents:

- Majors de 75 anys, sense suport familiar o sense recursos.
- Persones amb discapacitats físiques o psíquiques i limitacions de mobilitat o autocura.
- Persones que realitzen una activitat física intensa.
- Persones que hagin de romandre o fer activitat física a l'aire lliure (incloses les activitats laborals).
- Persones amb hipertensió arterial, diabetis, malalties cardiovasculars, respiratòries, renals, Parkinson, Alzheimer, obesitat o altres de cròniques. També les que prenen medicaments especials.
- Recomaneu a la ciutadania que tinguin cura dels familiars i veïns majors de 75 anys que viuen sols. Es recomana visitar un cop al dia, i en la mesura del possible, a familiars o persones grans que viuen soles per assegurar-se que s'hidraten i segueixen els consells d'autoprotecció.



terrassa.cat



facebook.com/ajterrassa



twitter.com/ajterrassa

Mesures preventives pels gossos

Pel que fa als animals domèstics, especialment els gossos, és recomanable tenir en compte aquestes mesures preventives per evitar els cops de calor:

- Eviteu l'exercici durant les hores de més canícula i traieu-lo a passejar en les hores més fresques.
- És aconsellable que no caminin en sòls molt durs i àrids (asfalt, sorra...) perquè els coixinets plantars són sensibles a ferides i cremades i, per exemple, l'asfalt pot assolir temperatures molt altes.
- No deixar-los mai tancats a l'interior d'un vehicle.
- Doneu-li menjar a primera hora del matí i al capvespre. No durant el dia.
- Feu que tinguin molta aigua a l'abast i que aquesta estigui sempre a l'ombra.
- Deixeu els animals en espais amplis, ventilats i amb ombra.

Més informació a:

<https://www.terrassa.cat/ca/consells-i-recomanacions-mascotes>
<https://www.terrassa.cat/ca/com-actuar-en-cas-d-onada-de-calor>

També podeu seguir tota la informació actualitzada a les xarxes socials de l'Ajuntament:

Twitter: <https://twitter.com/trsemergencies>, <https://twitter.com/ajterrassa>
Facebook: <https://www.facebook.com/ajterrassa>



terrassa.cat



facebook.com/ajterrassa



twitter.com/ajterrassa



terrassa.cat



facebook.com/ajterrassa



twitter.com/ajterrassa