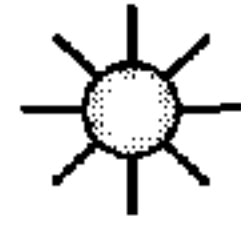
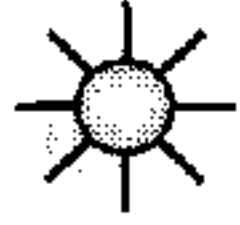
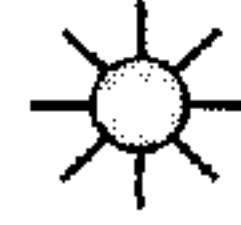
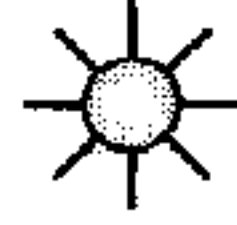





El presente verano ya está considerado por los meteorólogos como uno de los más calurosos de los últimos cincuenta años.

	Sábado 7	Domingo 8	Lunes 9	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
El cielo							
Máximas	39	37	36	37	37	36	34
Mínimas	25	24	25	23	22	21	20
	► El sábado las temperaturas sobrepasaron los 40º grados en varios puntos de la provincia onubense.	► El domingo la provincia de Huelva rozó en varios momentos del día los temidos 40º grados.	► Este lunes las temperaturas se suavizaron y los onubenses soporaron mejor el intenso calor.	► Este martes las mínimas experimentarán un ligero descenso dando una tregua durante la calurosa noche.	► El miércoles no experimentará cambios significativos aunque las mínimas continuarán suavizándose.	► El jueves experimentarán un ligero descenso tanto las temperaturas máximas como las mínimas.	► Ya el viernes la provincia de Huelva podrá disfrutar de unas temperaturas mucho más agradables.

El calor nos dará una tregua

Huelva ha sobrepasado en los últimos días los 40 grados de temperatura

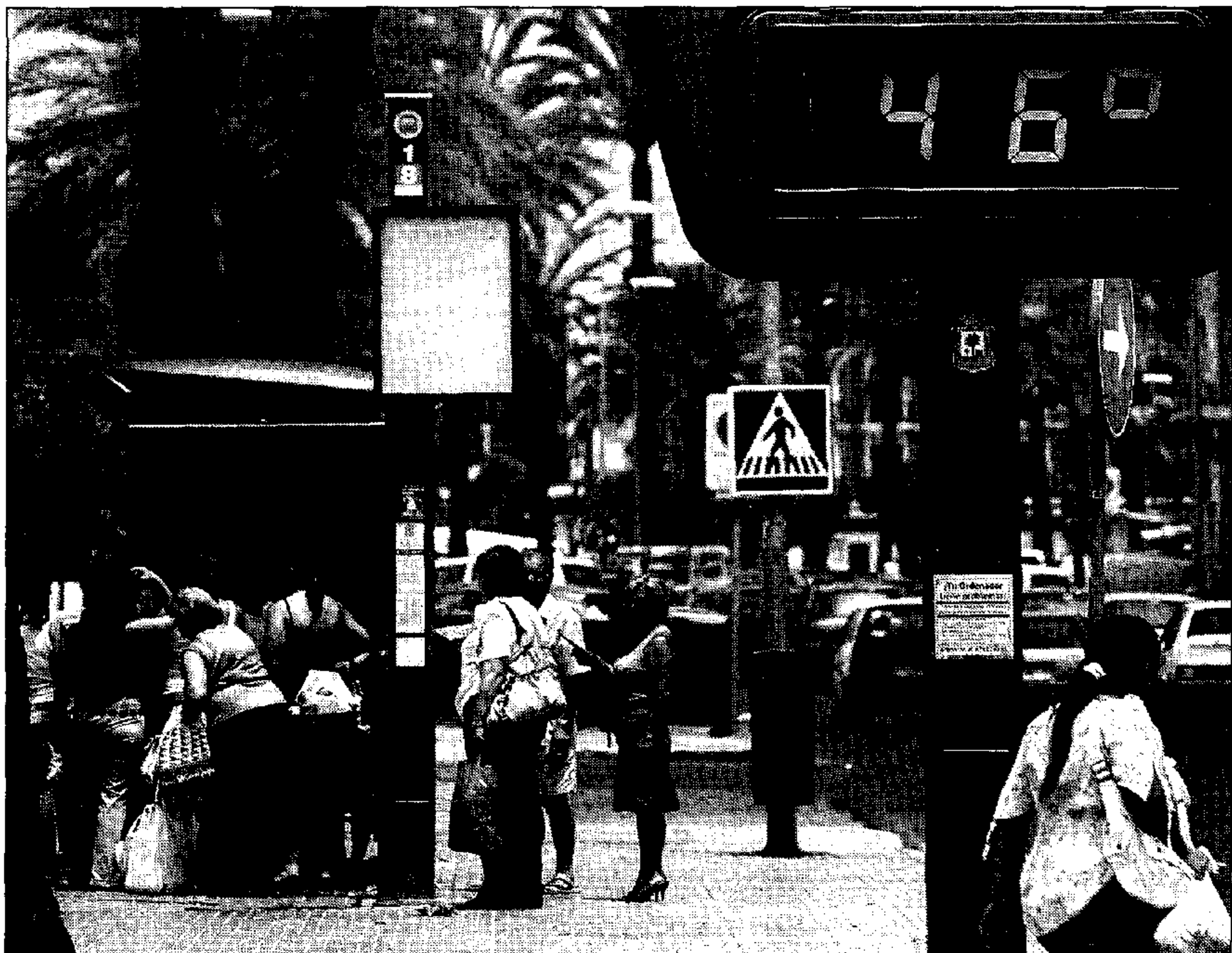
MIGUEL MUÑOZ ■ HUELVA

Los onubenses van a poder conciliar el sueño con mayor facilidad durante los próximos días según las previsiones meteorológicas. Y es que después de varios días en alerta amarilla por temperaturas cercanas o superiores a los 40 grados en la provincia de Huelva, los termómetros van a registrar previsiblemente valores más suaves durante la presente semana.

En los últimos días Huelva ha registrado temperaturas máximas de más de 40 grados y mínimas de más de 25 que han dificultado el descanso de los onubenses durante las primeras noches del mes de agosto. Más de 40 grados de máxima que han hecho que Huelva haya estado en alerta amarilla durante varios días consecutivos. Una alerta amarilla que incide, sobre todo, en los grupos de mayor riesgo ante la posibilidad de que se pueda producir, debido al calor, cualquier alteración perjudicial para la salud.

Se considera que hay alerta amarilla cuando durante tres días existen unas temperaturas máximas extremas y unas mínimas superiores a 20 grados. Sin embargo, una alerta naranja se produce cuando la alerta amarilla se prolonga dos días más en las mismas condiciones. Y, por último, hablaríamos de alerta roja cuando esas temperaturas permanecen iguales durante siete u ocho días seguidos. Con lo que nuestra provincia y según los valores registrados en los últimos días ha permanecido en nivel o alerta naranja durante el pasado fin de semana y en alerta amarilla durante la semana anterior y estos últimos dos días.

Sin embargo, parece que el mercurio nos dará una tregua y los próximos días disfrutaremos de temperaturas, aunque calurosas, algo más suaves que las de días anteriores pasando ahora nuestra provincia al nivel verde, o nivel de alerta sanitaria cero, del Plan de Prevención contra las



CALOR. Los ciudadanos onubenses huyen de las altas temperaturas intentando protegerse del sol.

SALUD

Casi medio millón de andaluces sufrirán resfriados en verano

Los andaluces sufrirán resfriados, faringitis o procesos bronquíticos este verano a causa de los bruscos cambios de temperatura provocados, principalmente, por el uso inadecuado del aire acondicionado, sobre todo en las llamadas "olas de calor", cuando para enfriar más rápido el ambiente en los hogares se fijan temperaturas por debajo de los 20º. El 20% de estos casos, asociados al invierno, se producen en verano.

Altas Temperaturas de la Consejería de Salud en respuesta a las previsiones de la Agencia Estatal de Meteorología (Aemet), que revelan que ninguna provincia de Andalucía superará en los próximos días sus temperaturas umbrales máximas y mínimas.

Sin embargo y aún con la tranquilidad de disfrutar de temperaturas menos sofocantes que las de las últimas semanas aún seguiremos teniendo dificultades durante algunas noches de esta semana en las que las temperaturas mínimas, según las previsiones, superarán en la provincia de Huelva el umbral del sueño.

Y es que según los expertos la dificultad para poder conciliar el sueño aumenta con más de 22 grados y, en base a las previsiones, hasta la noche del jueves las mínimas se van a situar en los 23

grados, experimentando un ligero descenso a partir de la misma noche del jueves. Serán, por tanto, solo estas primeras jornadas cuando las mínimas superen el umbral del sueño, por lo que serán muchos los onubenses que tengan que hacer uso del aire acondicionado o el ventilador para suavizar las altas temperaturas de estas madrugadas.

Por otro lado, las máximas rondarán estos primeros días los 37 grados, valores que se mantendrán sin cambios significativos hasta el fin de semana, cuando se producirá un ligero descenso de las máximas que se situarán en torno a los 35 grados. Asimismo hay que destacar que éste, está resultando en nuestra comunidad, por los datos registrados, uno de los veranos más calurosos de los últimos cincuenta años.

RECOMENDACIONES

Ante el calor, extremar las precauciones

Ante el incremento de temperaturas, la Consejería de Salud recomienda evitar la exposición al sol en las horas centrales del día. Una de las medidas que deberán intensificarse en los grupos de mayor riesgo: ancianos, niños y enfermos crónicos.

En este sentido, es importante beber abundante agua, incluso aunque no exista sensación de sed, evitar las salidas y la realización de actividad física en las horas de más calor, mantener la casa fresca, llevar ropa ligera y procurar que los medicamentos estén bien conservados.

Asistencia e información al ciudadano

El servicio de información al ciudadano Salud Responde, accesible desde el teléfono, 902 505 060, está abierto a los ciudadanos las 24 horas del día, los 365 días del año, para que soliciten toda la información que requieran sobre cualquier tipo de recomendación o servicio. En caso de necesitar asistencia urgente, pueden llamar al teléfono único de urgencias, el 902 505 061, o bien al teléfono de emergencias sanitarias, el 061. Salud Responde ha recibido, en lo que llevamos de verano 4638 llamadas de usuarios.