

**LOCAL | Meteorología**

**Sigue activo el aviso amarillo por calor en la comarca de Priego de Córdoba para la jornada de este miércoles**

**112 Andalucía recuerda las recomendaciones para evitar situaciones peligrosas relacionadas con las altas temperaturas**

**Redacción**

Miércoles 19 de julio de 2023 - 07:28



La Agencia Estatal de Meteorología (Aemet) activará este miércoles entre las 13:00 y las 21:00 horas el aviso amarillo por temperaturas de hasta 40 grados en las comarca de las Sierras Subbéticas, según informa Emergencias 112, servicio adscrito a la Consejería de la Presidencia, Interior, Diálogo Social y Simplificación Administrativa de la Junta de Andalucía.

Todas las provincias andaluzas tendrán activos avisos por altas temperaturas mañana, entre las 13:00 y las 21:00 horas;

en cinco de ellas serán naranjas con máximas de hasta 42 grados: Almería (Valle del Almanzora y Los Vélez), Córdoba (Campiña), Jaén (Morena y Condado y Valle del Guadalquivir), Málaga (Antequera y Axarquía) y Sevilla (Campiña).

Además, habrá avisos amarillos con temperaturas máximas de hasta 39 grados en: Almería (Nacimiento y Campo de Tabernas), Cádiz (Campiña y Grazalema), Córdoba (Sierra de Los Pedroches y Subbética), Huelva (Andévalo y Condado), Jaén (Cazorla y Segura; capital y Montes), Granada (Cuenca del Genil, Nevada y Alpujarras, Guadix y Baza) y Sevilla (Sierras Norte y Sur).

La comarca de Priego de Córdoba tuvo aviso naranja el pasado lunes, con temperaturas superiores a los 42 grados en algunos puntos, y amarillo ayer martes.

**Recomendaciones a la población**

Emergencias 112 ofrece una serie de recomendaciones a la población para evitar situaciones de emergencia asociadas a las altas temperaturas. Se aconseja beber agua de forma habitual, cada dos horas como máximo, incluso aunque no tengamos sed. Es preferible optar por comidas ligeras y frescas y evitar las copiosas y calientes; es más saludable tomar frutas, verduras, sopas frías y legumbres cocinadas en frío.

Hay que prestar especial atención a personas mayores, enfermos crónicos y niños pequeños, y asegurarse de su correcta hidratación, así como evitar que salgan a la calle en las horas centrales del día.

El 112 recomienda cerrar bien las ventanas, cortinas y persianas más expuestas al sol y usar, siempre que sea posible, el ventilador o el aire acondicionado. Si no se tiene, lo más aconsejable es permanecer en las

estancias más frescas de la casa, así como tomar baños o refrescar la piel con toallas húmedas.

Hay que evitar salir a la calle en las horas de mayor calor y usar sombrero, gorra y gafas de sol homologadas para protegernos del calor, así como utilizar protección solar. Es preferible vestir con ropas claras y de tejidos ligeros y llevar siempre una botella de agua para permanecer hidratados. Se aconseja dejar el ejercicio y los esfuerzos físicos para las primeras horas del día o el anochecer.

Y, muy importante, hay que recordar siempre que no se puede dejar a nadie, tampoco a las mascotas, en el interior de vehículos cerrados, ni siquiera por un momento.

Ante cualquier situación de emergencia, está disponible el teléfono 1-1-2, gratuito, multilingüe y activo las 24 horas todos los días del año.