

## BEROAREN AURKAKO PLANA 2026. TEMPERATURA ALTUEK ERAGINDAKO OSASUN ONDORIOEN PREBENTZIOA EUSKADIN



### TEMPERATURA ALTUEI LOTUTAKO ARRISKU-FAKTOREAK

Aldaketa termikoek ez diete biztanle guztiei berdin eragiten. Pertsona bakoitzaren faktore pertsonalek, inguruneak, sozialek eta lokalek areagotu egiten dute haren kalteberatasuna, eta zaildu egiten dute muturreko tenperaturaren eta beroaren aldaketetara egokitzea.

#### ARRISKU-FAKTORE PERTSONALAK

- Adina: adinekoak eta 4 urtetik beherako haurrak.
- Haurdunaldia eta edoskitzaroa.
- Gaixotasun kronikoak: kardiobaskularrak eta/edo zerebrobaskularrak, arnasketakoak, mentalak, giltzurrunetakoak, diabetes mellitusa, obesitate morbidoa, pisu txikiegia, paziente terminalak, paziente immobilizatuak...
- Medikamentu jakin batzuen kontsumoa: diuretikoak, neuroleptikoak, antikolinergikoak eta lasaigarriak.
- Oroimenaren nahasmenduak, mugitzeko zailtasunak, ulertzeko edo orientatzeko zailtasunak edo eguneroko bizitzan autonomia gutxi izatea.
- Elikaduraren nahasmenduak.
- Tenperatura handiko aldiekin batera gertatzen diren gaixotasun akutuak.
- Alkoholaren eta beste droga batzuen kontsumoa.
- Babes-neurriak zaintzen ez dituzten jokabide desegokiak, hala nola hidrataziorik eza edo zuzeneko eguzkitan gehiegi egotea.

#### INGURUNEO, LANEO EDO GIZARTEKO ARRISKU-FAKTOREAK

- Bakartze soziala eta etxegabetasuna.
- Tenperatura egokiei eustea zaila den etxebizitzak.
- Lan-arrazoia direla-eta, berotasun handiegiaren eraginpean egotea, adibidez: kanpoan eskuz lan egitea edo giro beroekin kontaktu handia izatea eskatzen duena, norbera babesteko ekipamenduak erabiltzea, produktu kimiko arriskutsuekin lan egitea, etab.
- Intentsitate fisiko handiko kirol- edo aisialdi-jarduerak.
- Airearen kutsadura.
- Ingurune oso urbanizatuetan, itzalik eta landaririk gabeko eremuetan eta abarretan sortzen diren bero-uharteak.

#### TOKIKO ARRISKU-FAKTOREAK

- Biztanleak tokiko klimara egokitzea, portaera-faktoreek eraginda, hala nola aire zabalean edo arropan igarotzen den denborak, bai eta ingurune fisikoko eta eraikitako ingurune faktoreek ere.
- Eremuaren ezaugarri demografikoak. Biztanleriaren ezaugarriak, tenperatura altuekiko zaugarriagoak diren taldeak egoteari dagokionez.