

Plan Nacional de actuaciones preventivas por bajas temperaturas



El frío intenso afecta negativamente a la salud, tanto de forma directa como indirecta. En caso de frío extremo, los dos principales peligros para la salud son la **hipotermia** y la **congelación**

Hipotermia

La hipotermia es la situación de padecer una temperatura corporal anormalmente baja. Ante el frío intenso el cuerpo puede empezar a perder calor con más rapidez de la que puede compensar nuestro sistema de termorregulación

Señales de una posible hipotermia

En bebés

- Apariencia de falta de energía como síntoma general
- Piel roja, brillante y fría

En adultos

- Temblores atribuibles al frío
- Agotamiento
- Dificultad para hablar
- Torpeza en las manos
- Somnolencia
- Confusión

Puede llegar a afectar al cerebro y la consecuencia es que se tenga dificultades para moverse o pensar con normalidad

