

La provincia se cuece en la ola de calor

# Ourense superó ayer los 40° y roza su récord histórico de temperaturas máximas en junio

La máxima gallega la registró Vilamartín de Valdeorras, que alcanzó los 40,8° ▶ La alerta por calor persiste hoy con nivel naranja en 61 concellos ▶ La capital está 12,5° por encima de los valores normales para esta época

S. DE LA FUENTE ■ Ourense

El sol intenso y abrasador vació ayer las calles de Ourense. El termómetro alcanzó los 40,1 grados en una jornada todavía de primavera. El valor máximo de la ola de calor que sufre Galicia lo registró Vilamartín de Valdeorras, donde el mercurio subió a los 40,8°. "Ayer fue horrible, hoy es horrible y lo que nos queda...", se lamentaba ayer en el Parque San Lázaro Celsa Quintas mientras esperaba el autobús para ir a las piscinas de Oira a refrescarse. Como buena ourensana, esta vecina es una profesional del calor, además de aliviarse con un abanico, llevaba en la bolsa de baño una botella de agua congelada para que le aguante más tiempo.

Y como dice Celsa, "lo que nos queda", porque el calor extremo no remite. La alerta naranja que se activó ayer la cuenca del Miño, el sur de la provincia y la comarca de Valdeorras persiste hoy, lo que significa que un total de 61 ayuntamientos están en situación de riesgo por temperaturas que pueden superar los 39 grados.

## Cinco concellos llegaron a 40°

La previsión es que se vuelvan a alcanzar los 40, como ya sucedió ayer en cinco municipios de la provincia. Además de los mencionados Vilamartín de Valdeorras y Ourense, llegaron a este valor Arnoia y Verín, ambas con 40°, además de Rubiá, que subió a 40,2°. La presencia de una masa de aire muy cálido ha disparado los termómetros a temperaturas muy poco habituales para el mes de junio, y más aún cuando todavía no ha finalizado la primavera.

La máxima histórica en la capital de As Burgas durante este mes se registró el 26 de junio de 2011 en la estación que la Agencia Estatal de Meteorología, Aemet, tiene en Regueiro Fozado, en la zona del hospital, y fue de 40,9 grados, ocho décimas más que la de ayer. Teniendo en cuenta los valores climatológicos normales para un mes de junio, la temperatura usual para la ciudad de Ourense en estas fechas debería ser de 27,5°, es decir, 12,5° menos que la registrada ayer.

A pesar de las elevadas temperaturas no se registraron incidencias sanitarias por golpes de calor. De hecho, tanto las urgencias del CHUO como las del PAC de la calle Concello prestaron menos atenciones que en un sábado normal.

El riesgo de incendio forestal también se ha disparado estos días, llegando a nivel extremo en toda la zona sur y Valdeorras. Ayer se

registraron dos conatos en Xinzo y Sandiás y un incendio en Baldriz, Cualedro, en el que ardió una hectárea de monte arbolado.

En esta situación, las sombras son el lugar más cotizado en Ourense y los termómetros urbanos situados al sol el mejor escenario para los 'selfies'. El del Parque San Lázaro marcaba a primera hora de la

tarde de ayer 47°. Un indicativo irreal pero lo suficientemente impactante como para que los vehículos parasen momentáneamente frente a la Subdelegación del Gobierno y algún ocupante se bajase corriendo para hacer una foto.

La coincidencia con el fin de semana salvó a gran parte de la población de sufrir este calor en ple-

na jornada laboral, pero no todos tuvieron tanta suerte. Operarios de la empresa Viaqua trabajaron toda la tarde en la calle Xaquín Lorenzo Xocas para conectar la red de abastecimiento a un edificio de nueva construcción. Habían planificado el corte de la calle para ese día por lo que tocó trabajar.

Los hosteleros también sufren lo

suyo, aunque la afluencia de clientes es menor en las terrazas. En una de ellas, Adriana y Alexia esperaban refrescándose con un ventilador nebulizador la hora de comienzo de una fiesta de cumpleaños a la que estaban invitadas. En pleno parque, las pequeñas Lía y Zaida sobrellevaron el calor con una batalla de globos de agua.



Lía y Zaida libran una batalla de globos de agua con su madre en la fuente de San Lázaro. // Jesús Regal



El termómetro al sol: 47°. // J.Regal



Adriana y Alexia, frente a un ventilador nebulizador. // Jesús Regal



Celsa se abanica en la sombra mientras espera el bus. // Jesús Regal

## Los farmacéuticos recomiendan beber entre 2 y 3 litros de agua

El Colegio Oficial de Farmacéuticos de Ourense recomienda extremar las precauciones ante esta ola de calor y recuerda que existen colectivos entre la población especialmente vulnerables a las temperaturas elevadas. Niños, mayores de 65 años, embarazadas y personas con sobrepeso o enfermedades (especialmente hipertensos,

personas con alergias respiratorias, problemas renales o patologías cardiovasculares) presentan mayores riesgos ante el calor extremo que registra estos días Ourense.

El presidente del colegio profesional, Vicente Jairo Álvarez, hace especial hincapié en la relevancia de la hidratación: "Es fundamental

ingerir abundante agua estos días, entre 2 y 3 litros por día, para mantener el balance hídrico del organismo", indica.

Asimismo, para evitar los efectos adversos del exceso de calor en el organismo, los farmacéuticos recomiendan seguir una dieta ligera, con abundancia de frutas y verduras; vigilar especialmente el es-

tado de los alimentos que se consumen, ya que pueden verse afectados por las altas temperaturas; vestir con ropa de color blanco y tejidos ligeros y naturales o evitar el exceso de actividad física y la realización de acciones en el exterior cuando las temperaturas son muy elevadas (especialmente durante las horas centrales del día).