



BANDO DE ALCALDÍA

Vecinos y vecinas,

Ante la situación actual de los incendios forestales que están afectando a distintos puntos de España y teniendo en cuenta que nos encontramos en una época de alto riesgo, este Ayuntamiento considera conveniente trasladar a la población una serie de recomendaciones básicas para proteger la salud frente a la exposición al humo y otros riesgos asociados a estos episodios.

La inhalación de humo procedente de incendios forestales puede afectar especialmente a las personas mayores, menores de edad, mujeres embarazadas y personas con enfermedades respiratorias o cardiovasculares, por lo que resulta fundamental adoptar medidas de prevención y seguir en todo momento las indicaciones de las autoridades competentes.

Por ello, se acompaña al presente Bando la infografía elaborada por el Ministerio de Sanidad, en la que se recogen las principales recomendaciones sanitarias para actuar con seguridad en caso de incendios forestales.

Se recuerda especialmente la importancia de:

- Evitar permanecer al aire libre cuando exista presencia de humo.
- Mantener puertas y ventanas cerradas si el humo afecta al municipio.
- Reducir la actividad física en el exterior mientras persistan estas circunstancias.
- Proteger especialmente a las personas más vulnerables.
- Seguir en todo momento las indicaciones de los servicios de emergencia y de las autoridades competentes.
- Contactar con los servicios sanitarios o llamar al 112 si aparecen dificultades respiratorias importantes u otros síntomas de gravedad.

Asimismo, se recuerda a toda la población la necesidad de extremar la prudencia durante este periodo de alto riesgo de incendios, evitando cualquier actuación que pueda favorecer el inicio o propagación del fuego y respetando las limitaciones y prohibiciones establecidas por la normativa vigente.





El Ayuntamiento de Valdenuño Fernández agradece la colaboración de todos los vecinos, cuya responsabilidad y compromiso resultan esenciales para proteger nuestra salud, nuestro entorno natural y la seguridad de las personas.

Se adjunta al presente Bando la infografía oficial del Ministerio de Sanidad: "Recomendaciones sanitarias en situaciones de incendios forestales (2026)".

Fdo. A la fecha de la firma electrónica el Alcalde-Presidente,
D. Luis Miguel Rodríguez Espinosa.

DOCUMENTO FIRMADO ELECTRÓNICAMENTE



INCENDIOS FORESTALES: CÓMO PROTEGER TU SALUD

PRINCIPALES RIESGOS

Exposición al humo

- Irritación de ojos, nariz y garganta.
- Tos, dificultad respiratoria, opresión torácica.
- Taquicardia, mareos, dolor de cabeza.
- Aumento de riesgo de asma, EPOC y neumonía.
- Mayor riesgo de infarto, ictus y mortalidad a corto plazo.



Lesiones directas

- Quemaduras.
- Inhalación de gases tóxicos.
- Lesiones traumáticas.

Agua y suelos contaminados

- Metales pesados.
- HAPs, dioxinas, furanos.
- Bacterias y toxinas en agua potable.



Impacto en la salud mental

- Ansiedad, insomnio, irritabilidad.
- Trastorno de estrés postraumático.



ACUDE A URGENCIAS



SEÑALES DE ALERTA



- Dificultad para respirar o sensación de ahogo.
- Dolor torácico o palpitaciones.
- Mareos, confusión o desorientación.
- Exacerbación de asma, EPOC o enfermedades crónicas.
- Quemaduras moderadas o graves.
- Necesidad urgente de medicación vital.



ENCASO DE QUEMADURAS



- Apaga las llamas rodando sobre sí mismo o con una manta.
- Enfía con agua fría 20-30 min.
- No uses aceites, cremas ni hielo.
- No retires ropa adherida.
- Cubre con un paño limpio y acude a urgencias.

DESPUÉS DEL INCENDIO



- Ventila la vivienda cuando la calidad del aire sea segura.
- Limpia cenizas con paños húmedos.
- Usa FFP2, gafas y manga larga para limpieza.
- Asegura potabilidad del agua y alimentos.
- Busca apoyo psicológico si hay malestar emocional persistente.

POBLACIÓN VULNERABLE



- ✗ Personas mayores.
- ✗ Población infantil, especialmente < 5 años.
- ✗ Mujeres gestantes.
- ✗ Personas con: asma, EPOC, cardiopatías, diabetes.
- ✗ Personas inmunodeprimidas.
- ✗ Personas trabajadoras al aire libre.

QUÉ HACER DURANTE UN INCENDIO



En casa

- Cierra ventanas, puertas y entradas de aire.
- Permanece en la habitación más fresca.
- Evita fumar, cocinar a la plancha o aspirar.
- Limpia con paños húmedos, nunca sacudas el polvo.
- Usa aire acondicionado si es posible (modo recirculación).



Al aire libre

- Evita zonas cercanas al incendio (<300 m).
- Reduce al mínimo la actividad física.
- Usa gafas protectoras y ropa de manga larga.
- Usa mascarilla FFP2/N95 (la mascarilla quirúrgica no es eficaz).
- En desplazamientos: luces encendidas y conducción lenta.

