



Salud

El calor extremo es una amenaza para la salud pública, superando en fallecimientos a los accidentes de tráfico en la última década

Más riesgo de infarto y arritmias por las olas de calor

Europa Press



Dos personas se refrescan en una fuente pública.

RAFA SARDIÑA

La ola de calor abrasa España, sin excepción. Cuando el termómetro se dispara, también se resiente nuestra salud, como alertan los cardiólogos. Y es que, cuando las temperaturas superan durante varios días consecutivos los 35 °C durante el día y los 25 °C durante la noche, aumenta el riesgo de sufrir un infarto de miocardio, insuficiencia cardíaca o arritmias, especialmente entre las personas mayores y los pacientes con enfermedades cardiovasculares previas.

El calor extremo ha dejado de ser un fenómeno exclusivamente meteorológico para convertirse en una de las principales amenazas para la salud pública. En la última década ha provocado en España más de 27.500 fallecimientos, una cifra superior a la registrada por los accidentes de tráfico en el mismo periodo.

Solo durante el verano de 2025, aproximadamente uno de cada tres días estuvo bajo condiciones oficiales de ola de calor, una tendencia que refleja el creciente impacto del cambio climático sobre la salud, según datos del Sistema de Monitorización de la Mortalidad Diaria (MoMo) - Instituto de Salud Carlos III.

«La mayoría de los pacientes cardiovasculares no fallecen por un golpe de calor, sino porque el calor actúa como el desencade-

nante que rompe un equilibrio ya frágil y precipita un infarto, un ictus o una descompensación de insuficiencia cardíaca», explica el doctor Roberto Martín Reyes, jefe del Servicio de Cardiología del Hospital Universitario La Luz.

Sistema sobrecargado

«El corazón tiene que trabajar más para mantener la temperatura corporal y, en pacientes vulnerables, ese sobreesfuerzo puede desencadenar complicaciones muy graves», añade.

El especialista advierte de que el calor extremo provoca una importante sobrecarga para el sistema cardiovascular. La vasodilatación, la pérdida de líquidos y la deshidratación obligan al corazón a realizar un esfuerzo adicional para mantener la presión arterial y la temperatura corporal, una situación que puede descompensar a pacientes con patologías cardiovasculares previas.

«Las personas mayores, los pacientes con insuficiencia cardíaca, hipertensión o antecedentes de enfermedad coronaria son especialmente vulnerables durante las olas de calor. En estos periodos aumenta el riesgo de infarto de miocardio, insuficiencia cardíaca y arritmias, por lo que la prevención resulta fundamental», apunta el especialista.

Al impacto de las altas temperaturas se suma, en muchas ocasiones, la presencia de calima y partículas contaminantes en suspensión. ■