

La pobreza energética, la dependencia y la cronicidad, entre los factores sociales que aumentan el riesgo sanitario durante las olas de calor

- La semFYC recuerda que la susceptibilidad a las temperaturas extremas no solo depende de factores individuales, sino también de las condiciones de la vivienda o del trabajo
- Desde el pasado mes de junio, en España se han producido más de 1.500 muertes atribuibles a las altas temperaturas¹
- Mujeres mayores que viven solas, migrantes, personas en situación de precariedad y quienes viven en viviendas mal aisladas están entre los perfiles de especial riesgo

17 de julio de 2026. Las altas temperaturas están detrás de más de 1.500 fallecimientos desde junio, según estadísticas oficiales¹. Ante las últimas alertas de las autoridades por las diferentes olas de calor, la Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria (semFYC) advierte de que es fundamental tener en cuenta factores socioeconómicos como la pobreza energética para poner en marcha políticas públicas que reduzcan el riesgo para la salud que suponen las altas temperaturas entre la población vulnerable.

Los datos evidencian la magnitud del problema: el informe del Sistema de Monitorización de la Mortalidad Diaria (**MoMo**) ha registrado hasta la fecha **más de 1.300 muertes atribuibles al exceso de temperaturas desde junio¹**. Además, el año pasado se produjeron **3.235 muertes por esta causa, 2.808 de ellas (cerca del 87%) en periodo estival¹**. Para la semFYC, estas cifras reflejan cómo los determinantes sociales, más allá de lo sanitario, influyen en la capacidad real de la población para protegerse del calor.

*“La susceptibilidad de las personas a las temperaturas extremas no depende en exclusiva de factores individuales, si no que tiene una relación muy estrecha con las condiciones en las que vivimos y trabajamos, es decir, con los determinantes sociales de la salud”, afirma **Sandra Robles, médica de familia y coordinadora del Grupo de Trabajo de Inequidades en Salud de la semFYC.***

Por ejemplo, la llamada vulnerabilidad energética condiciona directamente la posibilidad de enfriar las viviendas y sostener hábitos seguros en los días de temperaturas extremas. Según los últimos datos disponibles, **un 17% de los hogares** presenta un **gasto energético desproporcionado** en relación con sus ingresos², e incluso algunos estudios lo sitúan en 1 de cada 3 familias³. Esto se traduce en decisiones como reducir el uso de ventilación o aire acondicionado, evitar determinados consumos, limitar desplazamientos, etc. Estas prácticas no solo tienen efectos económicos, sino que también pueden tener efectos negativos en su salud, pues incrementan el riesgo de deshidratación, agotamiento, golpes de calor y descompensaciones de patologías previas.

“La vulnerabilidad energética es una forma más de manifestación de pobreza. Además, las familias con menores ingresos viven en hogares más antiguos e ineficientes y el acceso a equipamientos que mejoren las condiciones de confortabilidad en situaciones de calor extremo es menor”, señala la experta.

Las mujeres que viven solas y familias monomarentales, entre los más vulnerables

La semFYC indica que, por un lado, existe un perfil de vulnerabilidad sociosanitario, que afecta a personas en edades extremas (personas mayores y menores de 4 años), a aquellas que pasan mucho tiempo en casa (dependientes, por ejemplo) y a personas con enfermedades crónicas, como las cardiovasculares, diabetes, EPOC, insuficiencia renal, demencia u obesidad, entre otras⁴.

Por otro lado, también son más vulnerables al calor las personas que se encuentran en situación de **desempleo, con un nivel socioeconómico bajo, migrantes del sur global**, y aquellas cuyas **viviendas** se construyeron con una **menor eficiencia energética**, generalmente antes de los años 80. También hay una mayor afectación por género, de forma que afecta más a **mujeres cuando viven solas o forman parte de familias monomarentales**.

“Además, el propio calor también favorece el aumento de la siniestralidad laboral y los accidentes de tráfico, el número de ahogamientos (que no deja de subir cada vez más desde meses más tempranos en los últimos años) y las intoxicaciones alimentarias”, recuerda Robles

Herramientas para actuar desde la consulta de Atención Primaria

Robles recuerda que, desde las consultas de Atención Primaria, se realizan diferentes acciones preventivas, como la **identificación de personas con mayor riesgo** a la exposición a altas temperaturas, por ejemplo, trabajadores que ejercen su labor en zonas exteriores o personas con afecciones crónicas y/o mayores. *“Además, los médicos de Familia modifican tratamientos para ajustarlos a condiciones climáticas adversas; realizan visitas domiciliarias y seguimiento en consulta y en ocasiones activan redes familiares y sociales para intentar prevenir el efecto negativo de la exposición a altas temperaturas”, explica.*

Asimismo, existen una serie de herramientas útiles práctica diaria, como las **infografías de los planes nacionales de prevención durante las olas de calor** en las consultas⁵; las alertas **meteosalud**⁶ o el **índice Kairós**⁷, que es un sistema de alertas sobre el riesgo de mortalidad asociado a altas y bajas temperaturas, que se mueve en tres niveles según edad y perfil geográfico y se actualiza diariamente.

Respecto a la **pobreza energética**, la portavoz de semFYC apunta que *“existen algunas propuestas de cribado en la consulta que en algunos servicios de salud están implementado sirviendo como enlace a recursos locales, como por ejemplo en el caso del Servei Català de Salut”*. Entre los factores que se han propuesto valorar figuran la detección de cuadros de deshidratación, calambres en abdomen y extremidades, golpes de calor y síncope, sensación de calor en los domicilios, cerramientos deficientes, además de preguntas específicas para el paciente sobre si pasa calor en casa y si puede pagar las facturas. Sin embargo, en opinión de la experta, *“es imprescindible que cuando se haga tengamos la garantía de poder enlazar con recursos que mitiguen o reviertan la situación que se explora”*.

Más allá de estas acciones preventivas por parte de los médicos de Familia, la semFYC recuerda que **“el mayor impacto en salud va a venir dado por medidas estructurales que**

dependen de las políticas que se deciden: mejoras en las condiciones laborales, reducción de emisiones, revisión del mercado energético y del acceso a la energía; de las mejoras en la eficiencia en la aclimatación de las viviendas y de planificaciones arquitectónicas y urbanísticas con conciencia energética y perspectiva de equidad”.

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA DE FAMILIA Y COMUNITARIA (semFYC)

La semFYC es la federación de las 17 Sociedades de Medicina de Familia y Comunitaria que existen en España y agrupa a más de 22.000 médicos y médicas de familia. La especialidad de Medicina Familiar y Comunitaria trabaja para mejorar la atención a la salud de la ciudadanía a través de una atención cercana, longitudinal, integral y centrada en las personas, sus familias y su entorno comunitario.

CONTACTO PRENSA · Comunicación semFYC

Anna Serrano · 679 50 99 41 · aserrano@semfyc.es

Laura Sebastián · 694 225 479 · lsebastian@semfyc.es

Referencias:

1. Sistema de Monitorización de la Mortalidad Diaria (MoMo). Disponible en: https://momo.isciii.es/panel_momo/
2. Ministerio de para la transición ecológica y el reto demográfico: Balance de las actuaciones contra la pobreza energética y actualización de indicadores (2018-2024). Disponible en: <https://www.miteco.gob.es/content/dam/mitesco/es/energia/files-1/bono-social/informes-indicadores/5.%20Indicadores%20de%20pobreza%20energética%202022-2024,%20balance%20y%20cierre%20ENPE%2019-24.pdf>
3. Instituto Nacional de Estadística. Nota de prensa sobre la Encuesta de Condiciones de Vida (ECV) Módulo sobre condiciones de la vivienda y eficiencia energética (Año 2023). Disponible en: <https://www.ine.es/dyngs/Prensa/m1ECV2023.htm?print=1>
4. Ministerio de Sanidad. Plan Nacional de actuaciones preventivas frente a los efectos del exceso de temperatura sobre la salud (2026). Disponible en: https://www.sanidad.gob.es/areas/sanidadAmbiental/riesgosAmbientales/calorExtremo/publicaciones/docs/planNacionalExcesoTemperaturas_2026.pdf
5. Ministerio de Sanidad: Temperaturas extremas. Disponible en: <https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/lesiones/temperaturasExtremas/home.htm>
6. Ministerio de Sanidad: Mapa de niveles de riesgo para la salud por zonas de meteosalud. Disponible en: <https://www.sanidad.gob.es/excesoTemperaturas/meteosalud.do>
7. Índice Kairós. Disponible en: <https://momo.isciii.es/kairos/>