

# Área de Salud Municipal entregó recomendaciones para enfrentar ola de calor.

Enero 30, 2024



**Temperaturas en el valle del Aconcagua, irán en aumento pudiendo llegar hasta los 39 grados.**

**VIDEO/RINCONADA.-** Serios inconvenientes en la salud de las personas, animales, plantas, vegetación y seres vivos en general, podrían causar las altas temperaturas que se están registrando en algunas ciudades del país y que han originado que el Servicio Nacional de Prevención ante Desastres SENPRED, decretara Alerta Roja.

Esta ola de calor ha motivado además, que el delegado presidencial provincial de Los Andes, Cristian Aravena, convocara a una reunión del COGRID, con el fin de coordinar medidas preventivas, ante la citada situación.

Bajo este contexto es que el subdirector médico del Centro de Salud Familiar de Rinconada, doctor Nino Marín Navarro, entregó una serie de recomendaciones para evitar problemas de salud asociados a las altas temperaturas.

“Ante la “ola de calor” que afectará a nuestra zona es que queremos hacer un llamado a toda la comunidad de Rinconada y ciudades vecinas a tomar las precauciones del caso, y donde

los más importante es evitar directamente la exposición al sol, especialmente entre las 11:00 y las 16:00 horas”, señaló el facultativo médico.

El doctor Nino Marín Navarro, agregó que “entre las recomendaciones para enfrentar esta situación se encuentran “beber constantemente líquidos, usar protección solar siempre por sobre el factor 30, vestir ropa ligera, holgada de colores claros, evitando telas sintéticas que no permitan la transpiración de la piel”.

En caso de la exposición constante a las temperaturas extremas, el funcionario de salud indicó que es necesario estar pendiente a las señales de alarma que genera nuestro cuerpo, como por ejemplo el agotamiento, deshidratación, fatiga, mareos, náuseas e incluso desmayos.

## **RECOMENDACIONES**

Entre las recomendaciones entregadas por SENAPRED en su decreto de Alerta Roja, se cuentan:

- Mantenerse informados respecto a los pronósticos del tiempo
- Mantener vigilancia en sectores forestales
- Evitar la exposición al calor extremo de las personas
- Limpiar la vegetación seca alrededor de las casas
- No tirar colillas, prender fogatas ni quemar basura o vegetación
- Evaluar la suspensión de actividades masivas programadas al aire libre
- Evaluar la suspensión de las actividades agrícolas, debido al riesgo de incendios

