



La zona centrosur del país será la más afectada por la canícula. / AGENCIAUNO

Niños, enfermos crónicos y tercera edad, los grupos más expuestos al calor que viene

Riesgos. Con los recién nacidos, que termorregulan mal, hay que tener especial cuidado.

Ojo. Pacientes cardíopatas deben poner atención ya que las altas temperaturas hacen trabajar más al corazón.

Marcelo González Cabezas
Se ha proyectado que el verano 2023-2024 será muy caluroso (ver recuadro), por lo que es bueno empezar a prepararse de cara a ese muy probable escenario climático.

Y expertos de la Universidad de Chile explican lo que puede suceder de cara a las altas temperaturas que se aproximan y cómo hay que cuidarse.

La jefa de Pediatría del Hospital Clínico de la Universidad de Chile, Mariela Muñoz,

señala que “los recién nacidos son uno de los grupos etarios más susceptibles de ser afectados por el calor. Eso se debe a que ellos termorregulan mal al ser aún muy inmaduros. Por eso hay que estar muy atentos”.

La doctora agrega que “como es obvio que los recién nacidos expuestos a altas temperaturas no son capaces de pedir agua, pueden sufrir deshidratación e incluso fiebre... Los lactantes o los niños algo mayores ya tienen mayor capacidad de termorregular, pero como no pueden hablar ni hacen las cosas por sí mismos, también integran un grupo con el que hay que tener cuidado”.

Entre las recomendaciones que entrega la pediatra se encuentran “estar pendientes de ellos, y si toman pecho hay que darles más pecho. Tampoco hay que exponerlos de forma directa al sol y siempre se debe evitar el sobreabrigo. También es bueno que tengan una buena diuresis, o sea, una eliminación de orina frecuente”.

La especialista agrega que



“Los recién nacidos son uno de los grupos etarios más susceptibles de ser afectados por el calor”

MARIELA MUÑOZ
Doctora Hospital Clínico de la U. de Chile

43°

Es la mayor temperatura registrada en Chile, el 26 de enero de 2017 en Quinchamalí, Región de Ñuble.

“si hace mucho calor en el ambiente y ven que el paciente está respirando más rápido, que está con la cara o el cuerpo de color rojo, que esta orinando menos, y que

MÁS DE 40 GRADOS

Proyección “infernal” para el próximo verano

Mucho han sorprendido el frío y las lluvias de los días pasados, algo que no se daba de manera tradicional en esta primavera época del año.

Pero también mucho va a sorprender el calor del próximo verano en la zona centrosur del país, de acuerdo a un estudio del especialista Patricio González Colville, académico del Centro de Investigación y Transferencia en Riego y Agroclimatología (CITRA) de la Universidad de Talca, que se centró en las ciudades de Santiago (Región Metropolitana), Talca (Región del Maule), Chillán (Región del Nuble) y Los Ángeles (Región del Biobío).

Según ese trabajo, podríamos tener temperaturas máximas entre 41° y 42° en las dos últimas urbes, lo que claramente se relaciona con el cambio climático. “Este verano 2023-2024 debería ser, según el modelo climático

CITRA, uno de los más calurosos en cuanto a temperaturas máximas extremas en el área geográfica indicada. Y las olas de calor podrían ser de de tres a diez días consecutivos, con temperaturas máximas promedio sobre los 35°”, señaló Patricio González Colville.

Además, eventos cálidos de uno o dos días, se presentarían con temperaturas máximas extremas diarias que oscilarían entre los 37° y 39° en Santiago, 39° y 40° en Talca, y entre 41° y 43° en Chillán y en Los Ángeles.

De acuerdo al representante de la Universidad de Talca, “variables como el cambio climático y, puntualmente, el fenómeno El Niño Oscilación Sur (ENOS) contribuyen poderosamente a que en el siglo XXI se estén sobrepasando los 40 °C en algunas ciudades de Chile o acercándose a ese valor”.

está decaído, poco reactivo e incluso inapetente, hay que consultar al médico”.

“Lo anterior se puede deber a varias razones, especialmente en los recién nacidos y en los lactantes. Pero en el contexto de las olas de calor podría tener que ver con un cuadro que se llama shock de calor o golpe de calor”, agrega.

Enfermos crónicos y tercera edad

Sabido es que cuando estamos expuestos a calor extremo, el hipotálamo -la zona del cerebro que produce hormonas que controlan, entre otros aspectos, la temperatura corporal- pierde su orientación, poniendo en riesgo la salud aunque bebamos agua en grandes cantidades.

Además, el ya citado shock o golpe de calor de calor también puede afectar a adultos y a adultos mayores.

El especialista broncopulmonar del Hospital Clínico de la Universidad de Chile, Felipe Rivera, puntualiza que “las olas de calor también

pueden ser perjudiciales para pacientes con enfermedades cardiovasculares u otras patologías crónicas, porque el organismo funciona adecuadamente con una temperatura interna estándar de 37°... Sobre eso y extremadamente bajo eso, de manera automática empiezan las disfunciones”.

El médico precisa que para que lo anterior no ocurra, “nuestro cuerpo tiene un termómetro, que es el que regula la temperatura, sobre todo cuando hay calor. Y hace que la sangre se vaya hacia la periferia para refrescarse. Eso significa vasodilatación, es decir, los vasos se abren más para que la sangre fluya de forma especial hacia la piel. Ello implica que el corazón tiene que trabajar más, es decir, hacer taquicardia, función que lo lleva a contraerse más rápido y a efectuar un esfuerzo mayor. Por lo tanto, un anciano o un enfermo cardiovascular pueden sufrir de inmediato las consecuencias de aquello”.



Se espera que nuestro verano 2023-2024 sea muy caluroso. Con 33° estará “fresco”, digamos. / AGENCIAUNO