

ALZA DE UN 29% REGISTRAN SINIESTROS EN LA REGIÓN

# Baja de temperaturas trae alivio momentáneo y favorece combate de incendios en Ñuble

**El ingreso de una baja segregada permitirá una caída abrupta de las máximas, que hoy no superarán los 24 grados,** mejorando las condiciones para enfrentar los incendios forestales.

Sin embargo, el calor regresará con fuerza a partir del martes.

LA DISCUSIÓN  
diario@ladiscusion.cl  
FOTOS: LA DISCUSIÓN

La disminución de las temperaturas y la presencia de vientos marcarán un breve alivio.

**D**espués de casi una semana con calor extremo, la región tendrá al menos hoy un "respiro", si se piensa especialmente en el combate a incendios forestales, debido a una abrupta baja de la temperatura máxima, que llegará a los 24 grados, según pronostica la Dirección Meteorológica de Chile.

La razón, es el arribo de una baja segregada -que se abrirá paso en medio de una masa de aire cálido sumamente intensa- desde la madrugada del lunes 05 de enero a la zona centro sur del país.

Durante la tarde del lunes, habrá además tormentas eléctricas en la provincia de Arauco y al valle de las regiones de Biobío y La Araucanía, analizó el sitio Meteored, que pronosticó además rachas de viento con velocidades entre los 40 y 50 km/h para la tarde del lunes en la mayor parte del tramo comprendido entre las regiones de Ñuble y Los Ríos.

Este descenso de las temperaturas será de vital importancia puesto que

## Actual escenario

El escenario que enfrenta Chile es una señal clara de que el calor extremo dejó de ser una excepción. Según especialistas en climatología, el fenómeno responde a la combinación del cambio climático, la persistencia de altas presiones atmosféricas y la escasez de precipitaciones, lo que genera condiciones propicias para temperaturas elevadas, aumento del riesgo de incendios forestales y un impacto directo en la salud de la población.



favorecerá al combate de incendios forestales en la zona. En Ñuble, se mantenían ayer vigentes siete incendios, de los cuales, cuatro estaban extinguidos, dos controlados y uno se mantenía en combate, afectando en total 25 hectáreas.

Esta temporada la región suma 198 siniestros, un 29% más que la temporada anterior y 633 hectáreas afectadas, un 51% menos.

### Cuidados ante golpes de calor

La normalidad del verano, sin embargo, llegará el martes con un alza de la temperatura hasta los 30 grados. Para el resto de la semana las máximas serán de 32 grados.

Bajo este escenario, expertos reiteraron la necesidad de mantener medidas de prevención y autocuidado.

La exposición prolongada a altas temperaturas puede provocar deshidratación, insolación, golpes de calor y descompensaciones en personas con enfermedades crónicas.

"El golpe de calor es una urgencia médica que puede ser fatal si no se trata a tiempo. Los grupos más vulnerables son los adultos mayores, niños pequeños, embarazadas y personas con patologías cardiovasculares o respiratorias", advierte Evelyn Pallero, docente de la escuela de Medicina de la Universidad del Alba.

La docente agrega que "el calor extremo no solo impacta a quienes se exponen al sol. Permanecer en espacios cerrados sin ventilación adecuada también puede generar descompensaciones graves, incluso durante la noche". Entre los síntomas de alerta se encuentran mareos, dolor de cabeza intenso, náuseas, confusión, piel enrojecida y seca, y aumento de la temperatura corporal. Ante estos signos, se recomienda buscar atención médica inmediata.

### Principales consejos

La hidratación, agrega la docente de la Universidad del Alba, debe ser preventiva y constante. Esperar a tener sed no es suficiente en jornadas de calor intenso, ya que cuando aparece la sed el cuerpo ya presenta un grado inicial de deshidratación.

Evitar, además, el consumo de bebidas alcohólicas o con alto contenido de azúcar.

Asimismo, se aconseja evitar la exposición al sol entre las 11:00 y las 17:00 horas, utilizar ropa liviana y de colores claros, además de gorros y lentes de sol. El uso de protector solar de alto factor, reaplicándolo cada dos horas, también es fundamental.

En el hogar, se recomienda ventilar durante la noche y primeras horas de la mañana, manteniendo cortinas cerradas durante el día. Finalmente, se hace un llamado a cuidar a los grupos más vulnerables, como adultos mayores, niños y mascotas, y a evitar la actividad física intensa en las horas de mayor calor.