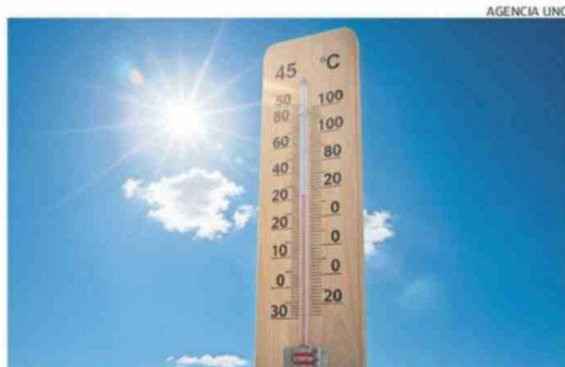


Decretan Alerta Amarilla en cinco comunas por calor

INTENSO. En la precordillera, las temperaturas llegarían a un máximo de 38 grados celsius.



ES IMPORTANTE TOMAR MEDIDAS CON NIÑOS Y ADULTOS MAYORES.

Senapred Atacama informó que de acuerdo a los datos dados por la Dirección Meteorológica de Chile las temperaturas en la precordillera de Atacama oscilarán entre los 36 y 38 grados durante hoy. Ante esto se decretó Alerta Amarilla en Diego de Almagro, Copiapó, Tierra Amarilla, Vallenar y Alto del Carmen desde ayer y hasta que las condiciones lo ameriten.

En este contexto, ante las altas temperaturas registradas durante este verano, la Seremi de Salud de Atacama reiteró el llamado a la comunidad a adoptar medidas de autocuidado para prevenir riesgos asociados a la exposición prolongada al calor y a la radiación solar.

Entre las principales recomendaciones se encuentra evitar la exposición directa al sol entre las 11:00 y las 17:00 horas, mantener una hidratación constante privilegiando el consumo de agua por sobre bebidas azucaradas, aplicar protector solar factor 30 o superior al menos 30 minutos antes de la exposición y reaplicarlo cada dos horas. Asimismo, se recomienda utilizar ropa ligera y de colores claros, sombrero y lentes con filtro UV.

El seremi de Salud (s) de Atacama, Richard González, señaló

que “en nuestra región la radiación solar es intensa y sostenida, por lo que las altas temperaturas pueden transformarse en un riesgo para la salud si no se adoptan medidas preventivas oportunamente”. La autoridad enfatizó la necesidad de proteger especialmente a los grupos de mayor vulnerabilidad.

En el caso de las personas mayores, se recomienda extremar las medidas de cuidado, ya que presentan menor capacidad de adaptación a las altas temperaturas. Es importante mantener los medicamentos en un lugar fresco y seco, asistir a los controles médicos, especialmente si se padecen enfermedades crónicas, y evitar salir durante las horas de mayor calor. Si deben hacerlo, se aconseja no exponerse en solitario y contar con el apoyo o compañía de una persona cercana.

Asimismo, se debe estar atento a cualquier síntoma inusual como mareos, debilidad, desorientación o malestar general. Ante estas señales, la persona debe trasladarse a un lugar fresco, hidratarse y acudir a un centro de salud si los síntomas persisten. También se recomienda evitar asistir sola a lugares con alta aglomeración de público.

C3