



ESTARÁ VIGENTE HASTA QUE LAS CONDICIONES ASÍ LO AMERITEN

# Ñuble en Alerta Amarilla por calor intenso: hasta 38°C marcará la temperatura

**Pronóstico indica que en los sectores de la Cordillera Costa la temperatura oscilará entre 34°C y 36°C, en el Valle será entre 35°C y 37°C, mientras que en la Precordillera marcará entre 36°C y 38°C.**

**ANTONIETA MELAN**  
diario@ladiscusion.cl  
FOTOS: LA DISCUSIÓN

La Dirección Regional de Senapred declaró Alerta Amarilla Regional por Calor Intenso en consideración al pronóstico emitido por la Dirección Meteorológica de Chile que señala temperaturas máximas mayores a 34°C por al menos dos días, en cordillera de la costa, valle y precordillera de la Región de Ñuble, a contar del 24 de diciembre de 2024.

La Alerta Amarilla estará vigente hasta que las condiciones así lo ameriten.

De acuerdo a Senapred, a raíz de la alerta "se deberán reforzar los recursos y capacidades para asegurar la continuidad de los servicios básicos; preparar la red asistencial frente a posibles aumentos de consultas derivadas del efecto del calor; y llamar a la población a mantenerse atenta a los pronósticos meteorológicos y tomar las medidas preventivas adecuadas".

También existe una alerta de evento de altas temperaturas extremas que fue emitida por la Dirección Meteorológica de Chile, que comenzará la tarde del 24 de diciembre y se extenderá hasta la tarde del 25 de diciembre.

Ese fenómeno afectará las zonas de Maule (Cordillera Costa, Valle, Precordillera); Ñuble (Cordillera Costa, Valle, Precordillera); Biobío (Cordillera Costa, Valle, Precordillera); La Araucanía (Valle, Precordillera); Los Ríos (Litoral, Valle,

Precordillera); y Los Lagos (Valle, Precordillera, Chiloé, Patagonia Subandina).

En el caso de la Región de Ñuble, el pronóstico indica que en los sectores de la Cordillera Costa la temperatura oscilará entre 34°C y 36°C, en el Valle será entre 35°C y 37°C, mientras que en la Precordillera marcará entre 36°C y 38°C.

## Recomendaciones

La Seremi de Salud Ñuble reforzó el llamado a la comunidad a tomar los resguardos necesarios y adoptar medidas preventivas que protejan la salud de todas las personas, especialmente de los grupos más vulnerables como niñas, niños,

adultos mayores y personas con enfermedades crónicas.

Entre las principales recomendaciones, se incluyen:

Evitar la exposición directa al sol durante las horas de mayor radiación ultravioleta, entre las 10.00 y las 16.00 horas.

Usar protección adecuada: sombreros de ala ancha, lentes de sol con filtro UV y sombrillas. Además, aplicar protector solar con un factor 30 o superior, renovándolo cada dos horas.

Mantenerse hidratado: beber abundante agua durante el día, incluso si no se tiene sed, y evitar el consumo de alcohol y bebidas azucaradas.

Optar por comidas ligeras: priorizar alimentos frescos como frutas, verduras y ensaladas, que ayudan a reponer líquidos y sales minerales perdidos por la sudoración.

En caso de que una persona presente síntomas de estar afectada por el calor, como piel caliente, confusión, mareos, o incluso desmayos, se recomienda:

Trasladarla a un lugar fresco, ventilado y con sombra.

Tomar una ducha fresca. Colocar paños fríos en el rostro, brazos y pecho.

Si los síntomas persisten o empeoran, buscar atención médica inmediata en el centro de salud más cercano.

También existe una alerta de evento de altas temperaturas extremas.



## Golpes de calor

Para consultas o más información, está disponible la línea gratuita Salud Responde al 600 360 7777, donde profesionales capacitados orientarán a la comunidad las 24 horas del día