

Cómo prevenir, reconocer y actuar frente a un golpe de calor

SALUD. Desde el SSÑ reforzaron las recomendaciones para proteger la salud frente a las altas temperaturas pronosticadas para la última semana del año.

Redacción

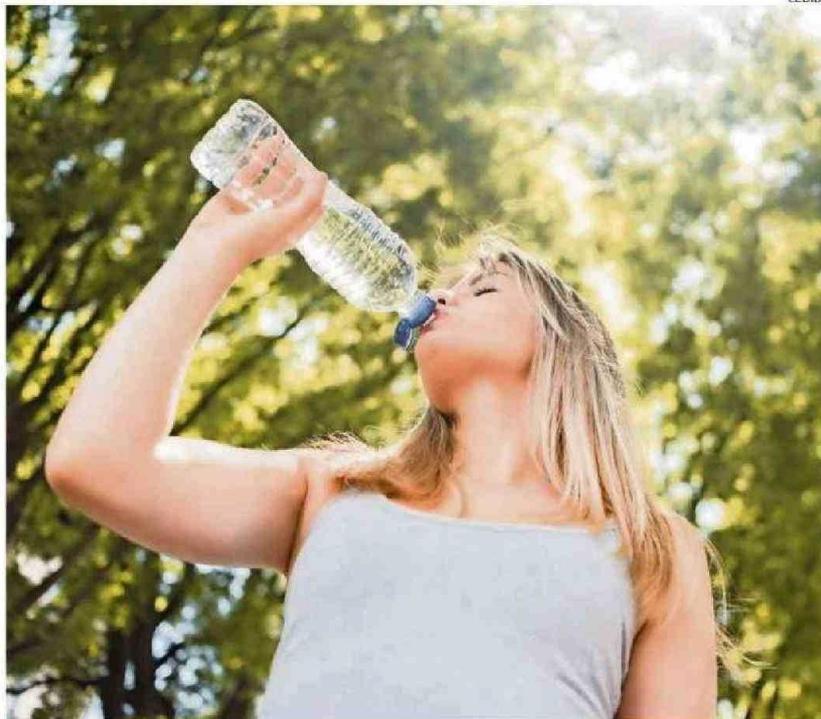
cronica@cronicachillan.cl

Un golpe de calor es una condición de salud grave que ocurre por aumento excesivo de la temperatura corporal, lo que puede ocasionar daños en los órganos vitales y el cerebro. Este cuadro se genera por la exposición prolongada a las altas temperaturas o esfuerzo físico en días calurosos, por lo que requiere tratamiento de urgencia.

En ese contexto, y considerando las altas temperaturas anunciadas para Ñuble, desde el SSÑ entregaron recomendaciones para cuidar la salud, destacando la importancia de detectar y manejar oportunamente esta complicación.

“Cuando suceden eventos de altas temperaturas como las que hemos vivido los últimos días y las pronosticadas para las próximas jornadas, es fundamental que la comunidad adopte medidas de autocuidado. Sabemos que estas condi-

6003607777
es el número de la Línea Salud Rresponde, donde la comunidad puede realizar consultas y aclarar dudas.



CEDIDA

AUTORIDADES DE SALUD ENTREGARON RECOMENDACIONES Y TIPS PARA ENFRENTAR LOS FOLPES DE CALOR.

ciones climáticas pueden afectar seriamente la salud. Por ello, es básico clave mantener una adecuada hidratación y evitar exponerse al sol durante las horas más extremas”, destacó la directora del SSÑ, Elizabeth Abarca Triviño.

La autoridad indicó además que, “las personas más

vulnerables a los efectos del calor extremo son los niños y niñas menores de 2 años, las personas mayores y quienes tienen obesidad. Ante esta situación, nuestra Red Asistencial está preparada para brindar atención oportuna a quienes presenten problemas de salud derivados de estas condiciones

climáticas extremas”.

SÍNTOMAS Y MEDIDAS

Por su parte, el subdirector de Gestión Asistencial del SSÑ, Dr. Max Besser Valenzuela, enfatizó que “el golpe de calor se manifiesta principalmente con una temperatura corporal muy alta y alteraciones del estado

neurológico, como confusión, agitación o balbuceo. Otros síntomas incluyen mareo, piel caliente, seca y enrojecida; sudoración excesiva; náuseas y vómitos; pulso acelerado; respiración rápida; pérdida total o parcial de consciencia; y convulsiones. Por ello, es primordial estar alertas, y en caso de presentarse cualquiera de estos síntomas, acudir inmediatamente al servicio de urgencia más cercano”.

El especialista añadió que “si aparece esta sintomatología, es muy importante solicitar atención médica de urgencia de forma inmediata; no dejar sola a la persona; trasladarla a un lugar seguro y fresco; enfriarla rápidamente. Esto puede hacerse quitándole la ropa exterior y aplicando compresas frías en la cabeza, cuello, axilas e ingle. También se puede considerar un baño de agua fría. En casos de confusión, dificultad para hablar o comportamiento irracional, no intente que la persona beba agua”.

En ese contexto, indicaron desde el Servicio de Salud Ñuble que es fundamental estar atentos y acudir oportunamente a un establecimiento de salud. Para dudas y consultas, la comunidad puede comunicarse a la línea Salud Rresponde, 600 360 7777. **CS**