

# Julio viene con heladas: termómetros bajarán de los 0 grados en la provincia

Ante esta situación, la seremi de Salud de la Región de Valparaíso, Lorena Cofré, entregó a Diario El Líder de San Antonio algunas recomendaciones para cuidarse.

Jesús Fariás Silva  
 cronica@lidersanantonio.cl

**E**ste mes de julio, tradicionalmente uno de los más fríos del año, trae consigo un notable descenso en las temperaturas, con mínimas que rondarán los 0 °C hacia el fin de semana. Este fenómeno, impulsado por una combinación de bajas y altas presiones de origen polar, afectará a diversas zonas del país, registrando bajas significativas en ciudades como Valparaíso, Talca, Santiago, Concepción, Temuco y hasta la Patagonia. La provincia de San Antonio, como es habitual, no será la excepción.

En el centro de la comuna puerto, que ayer registró una mínima de 6 grados, el termómetro continuará descendiendo gradualmente durante el resto de la semana, hasta alcanzar solo un grado sobre cero el sábado.

## SAN ANTONIO

Los días, además, se mantendrán helados durante gran parte de la jornada, ya que las míni-

mas no superarán los 14 grados en el corto plazo, al menos hasta el 15 de julio.

Mientras más alejemos del efecto regulador de la temperatura del mar, más bajarán los indicadores. En la localidad de Leyda, se espera una mínima de -1 grados la madrugada del viernes y cero el sábado, situación similar a la de Cuncumén, donde las mínimas de cero grado persistirán hasta el martes de la próxima semana. Lo Zárate también tendrá dos días bajo cero, el viernes y sábado.

Por otro lado, no se esperan lluvias en ningún punto de la zona central del país.

La llegada del aire frío, asociada a una alta presión que mantendrá condiciones de gran estabilidad atmosférica, empeorará la calidad del aire, ya que los contaminantes atmosféricos no tendrán muchas opciones para dispersarse. Este escenario puede agravar problemas respiratorios, especialmente en las ciudades donde la concentración de contaminantes es mayor.



LOS SECTORES RURALES SUFRIRÁN CON LAS HELADAS.

**7** grados es la mínima anunciada para hoy en la zona costera de la provincia de San Antonio.

## CUIDADOS

Ante esta situación, la seremi de Salud de la Región de Valparaíso, Lorena Cofré, entregó a Diario El Líder algunos consejos para cuidarse.

“La recomendación ante las bajas temperaturas, sobre todo durante este invierno, es a evitar los cam-

bios bruscos de temperatura. Si va a salir de un lugar temperado, es importante cubrir cuello, nariz y boca, para evitar inhalar aire frío. También es relevante que no exponamos a niños, niñas, personas mayores y personas con patologías crónicas a bajas temperaturas”, indicó.

“

También es relevante que no exponamos a niños, niñas, personas mayores y personas con patologías crónicas a bajas temperaturas”,

Lorena Cofré,  
 seremi de Salud

La autoridad sanitaria agregó que “una recomendación importante es el lavado frecuente de manos, cada vez que podamos hacerlo con agua y con jabón, y siempre usar mascarilla ante la presencia de síntomas respiratorios, en las urgencias de hospitales públicos y privados; y también en lugares aglomerados”.

Finalmente, destacó que “llevarnos cerca del 82% de la población objetivo vacunada y seguimos reforzando el llamado a las personas mayores y embarazadas a vacunarse contra la influenza”. 📌