

Nueva ola de calor afectará 8 regiones:

Altas temperaturas pueden tener graves efectos en la salud

La Dirección Meteorológica de Chile advierte que entre este viernes y el domingo 12 de enero se presentará una ola de calor extremo, con temperaturas que pueden llegar hasta los 39°, desde la Región de Coquimbo hasta la de Los Ríos.

De acuerdo con el doctor Luis Jaime Gate, director de la Escuela de Medicina de la Universidad Autónoma de Chile, los riesgos a la salud por la alta temperatura se agravan en poblaciones vulnerables como niños, personas mayores, embarazadas y quienes padecen enfermedades crónicas, y advierte sobre las ocho principales afecciones:

Golpe de calor: Au-

menta la temperatura corporal de manera peligrosa, lo que puede causar fallo orgánico e incluso ser mortal si no se trata a tiempo. Esto se produce por la exposición prolongada al calor extremo sin hidratación adecuada.

Deshidratación: se provoca por la pérdida excesiva de líquidos por sudoración sin reponerlos adecuadamente. Esto puede causar mareos, debilidad, confusión, calambres e insuficiencia renal en casos graves.

Calambres por calor: se produce por la pérdida de electrolitos durante la sudoración intensa.

Aunque no es mortal, los calambres pue-

den ser dolorosos y afectar la movilidad, lo que podría aumentar el riesgo de otros accidentes.

Agotamiento por calor: es debido a la exposición prolongada al calor sin descanso ni hidratación necesaria, lo que puede causar fatiga extrema, náuseas, dolor de cabeza, incluso puede evolucionar a un golpe de calor si no se atiende.

Quemaduras solares: es uno de los efectos más comunes. La exposición prolongada al sol sin protección puede producir ampollas dolorosas e incrementar el riesgo de cáncer de piel, origi-

- **Menores de 5 años, ancianos y personas con enfermedades crónicas pueden ser los más afectados al exponerse a golpes de calor.**



nar envejecimiento cutáneo prematuro.

Problemas cardiovasculares y respirato-

rios: El calor extremo aumenta la carga sobre el corazón y

los pulmones. Puede desencadenar ataques

cardíacos o crisis respiratorias, especialmente en

personas con condiciones preexistentes.