

SE ESPERAN ENTRE 34 Y 37 GRADOS

# Ñuble bajo alerta roja por calor extremo durante tres días

**Autoridades de Salud reforzaron autocuidado y la prevención.** Evitar la exposición al sol, mantenerse hidratados y reconocer los signos de alerta son claves para prevenir riesgos.

**LA DISCUSIÓN**  
diario@ladiscusion.cl  
FOTOS: CRISTIAN CÁCERES

**E**l Servicio Nacional de Prevención y Respuesta ante Desastres (Senapred), decretó Alerta Roja para la Región de Ñuble por calor extremo.

De acuerdo con la información proporcionada por la Dirección Meteorológica de Chile (DMC), se prevén temperaturas máximas de 34°C o más por al menos tres días seguidos, principalmente en valle y precordillera de la Región de Ñuble, a contar del 10 de enero de 2025.

En consideración a estos antecedentes, que suponen un aumento del riesgo asociado a esta variable meteorológica y en coordinación con la Delegación Presidencial Regional Ñuble, la Dirección Regional del Senapred canceló ayer la Alerta Amarilla Regional por calor intenso, que se mantenía vigente desde el 08 de enero, y declaró Alerta Roja Regional por calor extremo, vigente a contar de ayer viernes y hasta que las condiciones así lo ameriten.

Con la declaración de esta Alerta Roja, se movilizarán todos los recursos necesarios y disponibles para actuar, dada la extensión y severidad del evento.

El Senapred recomendó a la población protegerse y extremar las precauciones ante los riesgos derivados del calor extremo, con especial atención a la población más vulnerable, quienes deben limitar su exposición al sol y mantener su hidratación. Además, se aconseja estar informado a través de los medios de comunicación respecto del pronóstico del tiempo.

## Recomendaciones

La Seremide Salud de Ñuble, Michelle de Arcas, enfatizó en la importancia de tomar medidas preventivas: "Debemos evitar la exposición directa al sol, especialmente entre las 11:00 y 18:00 horas. Es fundamental vestir ropa liviana y de colores claros, usar sombreros y lentes de sol, y mantener una hidratación constante, incluso cuando no sientas sed, privilegiando el consumo de agua. Además, es crucial aplicar protector solar con un factor de protección mínimo de 30, renovándolo cada dos o tres horas, y evitar realizar actividades físicas intensas durante las horas de mayor calor."

La autoridad también resaltó la relevancia de identificar los signos de un golpe de calor, una emergencia médica grave: "Si una persona presenta piel caliente, enrojecida o seca, taquicardia, dolor de cabeza, confusión o desmayos, debemos actuar de inmediato. Es esencial trasladarla a un lugar fresco, bajar su temperatura corporal con paños húmedos o un baño frío, y buscar atención médica urgente. No se debe ofrecer líquidos a quien esté atravesando esta condición, ya que podría agravar la situación".

## Incendio en Quirihue

En forma paralela, se declaró Alerta Roja por un incendio forestal en Quirihue, específicamente en el sector La Quebrada. El siniestro dejaba ayer cuatro hectáreas afectadas y se desarrolla cerca de sectores poblados. Combaten el fuego seis brigadas Conaf, dos técnicos Conaf, dos aviones cisterna y un helicóptero.



Los especialistas recomiendan evitar exponerse al sol en las horas críticas y una buena hidratación durante todo el día.