



► Las afecciones por temperaturas extremas van desde expresiones leves, como insolación o agotamiento por calor, hasta golpes de calor.

Centros asistenciales reportan aumento de consultas por golpes de calor y deshidratación debido a altas temperaturas

Desde el Ministerio de Salud señalaron que la cantidad de consultas ha sido superior a la del año anterior, aumentando de 1.048 a 1.086, lo que representa un incremento del 4% al comparar los meses de enero de 2024 y 2025. Los especialistas llaman al autocuidado para tomar las medidas necesarias que eviten prolongada exposición a altas temperaturas.

Ignacia Canales

El clima está lejos de dar un respiro, y las altas temperaturas se mantendrán por varios días más, alcanzando picos similares a los del fin de semana, cuando los termómetros llegaron hasta los 40 grados Celsius en algunos sectores, lo que llevó a la emisión de alertas en varias zonas. Esta situación ha generado preocupaciones sanitarias, ya que el calor extremo puede provocar deshidratación, descompensaciones e incluso golpes de calor, que en algunos casos pueden ser mortales. De hecho, diversos centros asistenciales han reportado la llegada de pacientes afectados por las altas temperaturas.

Las afecciones por temperaturas extremas van desde expresiones leves, como insolación o agotamiento por calor, hasta golpes de calor. En este último caso, el Ministerio de Salud y la Organización Mundial de la Salud

(OMS) explican que los síntomas principales son el calor corporal, piel roja, dolor intenso de cabeza, confusión, pérdida de conciencia y temperatura mayor a 40 grados. En ese contexto, los especialistas recalcan que cuando una persona presenta esta sintomatología está en una urgencia médica con riesgo de muerte y es necesario que reciba atención en un centro asistencial.

El presidente de la Sociedad Chilena de Medicina de Urgencia (Sochimu), Allan Mix, asegura que ya se han registrado varias consultas en los distintos centros asistenciales debido a las altas temperaturas.

"Durante el verano es común que las personas consulten por golpes de calor. Eso sí, la manifestación varía según el paciente. Hay quienes consultan por un cuadro más inicial, con síntomas como la deshidratación, lo que es más frecuente en los grupos más vulnerables, como los adultos mayores y los niños. En este

periodo también llegan pacientes con cuadros más graves, cuando ya hay compromiso de conciencia, es decir, llegan desorientados o, en casos más severos, incluso después de una convulsión", explica el uruguayólogo.

Desde el Ministerio de Salud confirman que la cantidad de consultas ha sido discretamente superior a la del año anterior, aumentando de 1.048 a 1.086, lo que representa un incremento del 4% al comparar los meses de enero de 2024 y 2025. Así, frente a la contingencia que generan las altas temperaturas, han tomado diversas medidas para reforzar los servicios de urgencia.

Christian García, subsecretario (s) de Salud Pública, afirma que "en cuanto a las directrices para los servicios de urgencia y reconociendo el calor extremo como un problema de salud global al que debemos acostumbrarnos, se elaboró una orientación técnica que entregó lineamientos a la red asistencial para la de-

tección oportuna y el manejo correcto de las personas con enfermedad por calor (...) estamos monitoreando a diario, lo que nos permite tomar decisiones oportunas, y nuestra red está completamente operativa y comprometida, al igual que en invierno, con el cuidado de la salud de las personas".

Por otro lado, Cristián Garrido, uruguayólogo de la Clínica Universidad de los Andes, también confirma que "por lo que más consultan los pacientes es por agotamiento o deshidratación. Hasta ahora, no han ingresado pacientes con falla orgánica o pérdida de conciencia, por lo que es más común ver síntomas como náuseas o fiebre".

Y explica que no siempre es necesario recurrir a emergencias, solo en ciertos casos: "Cuando una persona siente náuseas intensas o fiebre, debe acudir a un servicio de urgencia. En el caso de quienes cuidan a niños o adultos mayores, si notan pérdida de conciencia, vómitos frecuentes o falta de apetito, también deben llevarlos de inmediato a un establecimiento de salud".

Precauciones

Desde el Minsal identifican en condiciones de vulnerabilidad a personas con enfermedades crónicas, personas en situación de discapacidad e individuos sanos que realizan actividades físicas a la intemperie, tales como trabajadores agrícolas, trabajadores de construcción o deportistas, ante los efectos del calor extremo. Y también adultos mayores y niños.

De hecho, Weimar Tovar, jefe técnico de la UCI del Hospital de Maipú, confirma que este último grupo es el que más consulta:

"Generalmente, son pacientes adultos mayores que, debido al golpe de calor y la deshidratación, sufren descompensación de sus enfermedades de base. Esto ocurre sobre todo en pacientes muy dependientes, como hipertensos o diabéticos, que no pueden hidratarse bien. Consultan por descompensación de estas enfermedades y, al indagar un poco más, es posible identificar que las altas temperaturas, la deshidratación y la poca termorregulación son factores que la desencadenan. Es más común en adultos mayores y en niños, quienes suelen presentar estos cuadros más por el deterioro de sus enfermedades de base que por el golpe de calor en sí".

En ese contexto, el subsecretario García (s) sostiene que es fundamental tomar precauciones: "La principal recomendación es el autocuidado. Las personas deben evitar exponerse al sol durante los horarios de temperaturas más altas, entre las 10:00 y las 18:00 horas aproximadamente; usar bloqueador solar de factor 30 o más y reaplicarlo cada dos horas; vestir ropa ligera y de colores claros, y complementar con sombrilla, lentes de sol y un sombrero que idealmente cubra la nuca, las orejas y el cuello".

También detalla que "es importante mantener la hidratación, se deben tomar entre 8 a 12 vasos de agua al día y no tenemos que esperar a tener sed para hidratarnos, eso ya es un signo de deshidratación. Esto es especialmente importante para las personas mayores que no siempre sienten sed". ●