

## Tips para ayudar a una persona en situación de calle durante esta ola de calor

Ante el desafío que sufren los más excluidos de soportar un calor intenso, como dormir en asfalto casi hirviendo, es crucial actuar. Si estás en posición de ayudar a personas en situación de vulnerabilidad, presta atención: aquí tienes 8 recomendaciones esenciales para brindar apoyo efectivo.

MATÍAS CONCHA P.

La Dirección Meteorológica de Chile (DMC) alerta sobre un aumento gradual de las temperaturas, anticipando máximas por encima de los 38 grados. En este contexto, Hogar de Cristo ha elaborado un instructivo para reaccionar cuando vemos a una persona en situación de calle sufriendo las consecuencias de la primera ola de calor de este año.

1. Ofrece agua fresca: La deshidratación es un riesgo grave. Ofrecer una botella de agua puede ser un salvavidas en días de calor extremo.
2. Provee protectores solares o sombre-

ros: Ayuda a proteger su piel y cabeza del sol intenso, reduciendo el riesgo de quemaduras solares y golpes de calor.

3. Distribuye pulverizadores de agua: Pequeños gestos que pueden proporcionar un alivio inmediato del calor.

4. Entrega toallas húmedas o paños frescos: Pueden usarse para refrescar el rostro, el cuello y los brazos.

5. Ofrece comidas ligeras y frescas: Alimentos que no requieran refrigeración y que sean fáciles de consumir, como frutas o barras de granola.

6. Facilita acceso a duchas públicas: Ayudar a mantener la higiene personal puede proporcionar un gran alivio en días calurosos. Ellos no pueden darse una ducha cuando lo deseen, siempre necesitan desodorante, jabón, talco.

7. Dona ropa ligera y transpirable: Prendas que ayuden a mantener el cuerpo fresco y protegido del sol.

8. Llama a servicios de emergencia si ves a alguien en peligro: Si encuentras a alguien que muestra signos de agotamiento por calor o insolación, no dudes en llamar al Servicio de Atención Médica de Urgencia (SAMU) al número 131.

¡No lo olvides! La amenaza no es sólo en invierno. En verano, el aire acondicionado se convierte en un salvavidas para algunos, pero intensifica el calor en las calles para aquellos que no tienen esa opción. Las personas en situación de calle, a menudo excluidas

de espacios públicos como centros comerciales, cafés y restaurantes, pasan de la dura realidad de morir de hipotermia en invierno a causa del frío y la lluvia a quemarse viva en verano. Con este simple instructivo en mano, estás listo para tomar conciencia y, en una de esas, salvar una vida. ¡Involúcrate!

