



Yakima Health District

Comunicado de prensa

Para su liberación inmediata: 25 de julio 2018

Contacto: Lilián Bravo, Directora de Asociaciones de Salud Pública

509-249-6514

Aviso de calor extremo en el condado de Yakima

YAKIMA, WA - En previsión de las altas temperaturas de este fin de semana el Distrito de Salud está recordando a la gente que tomen precauciones para evitar enfermedades relacionadas con el calor que pueden incluir deshidratación, erupción de calor, quemaduras de sol, calambres por calor, agotamiento por calor y golpe de calor.

Estos problemas ocurren cuando el cuerpo no puede enfriarse correctamente. La Doctora Teresa Everson, Oficial de Salud del Distrito de Salud de Yakima, quiere recordar a la gente que "las enfermedades relacionadas con el calor pueden afectar a cualquier persona, pero los mayores, los niños y niñas pequeños, las personas con enfermedades crónicas y los trabajadores manuales al aire libre son los más vulnerables."

El Departamento de Salud del Estado de Washington ha observado un aumento significativo en el número de personas que buscan tratamiento médico para enfermedades y lesiones relacionadas con el calor. Esto fue observado durante las altas temperaturas experimentadas a principios de este mes.

Reduzca el riesgo de experimentar problemas relacionados con la salud tomando las siguientes precauciones:

- Manténgase usted y sus mascotas en el interior y en un ambiente con aire acondicionado tanto como sea posible
- Beba muchos líquidos, pero evite bebidas que contengan alcohol, cafeína o mucho azúcar
- Nunca deje a ninguna persona o mascota en un vehículo estacionado
- Evite vestir a los bebés con ropa gruesa o envolverlos en mantas calientes
- Use un sombrero de ala ancha, bloqueador solar y ropa ligera y de color claro cuando esté al aire libre

Los síntomas de enfermedades relacionadas con el calor incluyen mareos, náuseas, dolores de cabeza y calambres musculares. Si empieza a experimentar estos síntomas, cambie a un lugar más fresco para descansar y beber una bebida fresca.

Si usted o los miembros de su familia experimentan síntomas y se sienten confundidos o comienzan a perder el conocimiento, llame al 9-1-1 de inmediato

Para más información:

[Centers for Disease Control and Prevention](#)

[Washington State Department of Health](#)

[National Weather Service](#)