

Alerta por calor extremo en BCS

Posted on 27 de mayo de 2025 by Diario Humano



El sector salud recuerda la importancia de hidratarse, evitar exposición solar y proteger a menores y adultos mayores ante temperaturas superiores a los 35°C.

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. - Ante el riesgo que las altas temperaturas pueden generar a las personas, en especial a los adultos mayores, que presentan comorbilidades o bien que tienen actividades físicas o laborales durante las horas de registro de más calor, el sector salud de Baja California Sur convoca a la población a reforzar medidas preventivas, como es la hidratación continua, preferentemente agua natural.

Derivado de que en la entidad se registran temperaturas por encima de los 35 grados centígrados, es oportuno recordar a la población la importancia de reducir el tiempo de exposición a los rayos del sol, establecer pausas de descanso en áreas sombreadas, utilizar gorra o sombrero y ropa ligera, así como utilizar bloqueador solar, a fin de reducir las posibilidades de afectación por el calor, estableció el subdirector de Epidemiología de la Secretaría de Salud, Alfredo Ojeda Garmendia durante la sesión del Comité Estatal para la Seguridad en Salud.

Ojeda Garmendia recordó que la ventilación de espacios, el aumento de la ingesta de líquidos, evitar el ejercicio durante los momentos del día que se registran los rayos del sol con mayor intensidad y no permanecer dentro de



un vehículo durante los lapsos de más calor, son otras de las recomendaciones que debe seguir la sociedad, con énfasis en el cuidado de niñas, niños y adultos mayores.

En este sentido, el médico señaló que estas medidas son cruciales para prevenir quemaduras, deshidratación y golpe de calor que, de no ser atendidos, puntualmente pueden derivar en desenlaces fatales, al mencionar que en 2024 se tuvieron nueve decesos por estas causas.

Asimismo, recordó que el año pasado se registraron 98 golpes de calor, 12 casos por deshidratación y cinco de quemaduras en la piel, es por ello el llamado a seguir los comportamientos preventivos, subrayó el servidor público al precisar que el sector salud lleva a cabo capacitaciones para fortalecer el manejo clínico de pacientes que son ingresados a las unidades médicas por estas causas.