

# Salud capacita a personal de campo ante las altas temperaturas

Posted on 27 de julio de 2026 by Diario Humano



## La dependencia estatal reforzó las medidas de prevención para personal que realiza trabajo de campo y anunció que la capacitación se extenderá a sectores de la construcción.

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. –La Secretaría de Salud de Baja California Sur capacitó a brigadistas de sus programas de Enfermedades Transmitidas por Vectores y de Vacunación sobre las medidas que deben seguir para cuidar su bienestar ante las altas temperaturas, con la finalidad de que sigan estas recomendaciones con toda oportunidad durante las actividades de campo que llevan a cabo en diversas colonias.

En estas capacitaciones, que se extenderán durante las siguientes semanas con agrupaciones camarales y organizaciones gremiales relacionadas con el ramo de la construcción, se enfatiza la importancia de beber agua de manera frecuente y hacer pausas de descanso bajo la sombra cuando lleven a cabo labores en exteriores, informó el subdirector de Epidemiología de la dependencia estatal, Alfredo Ojeda Garmendia.

Además, es recomendable utilizar ropa ligera y de colores claros, gorra o sombrero, lentes para el sol,

bloqueador solar, así como mantenerse acompañado cuando trabajen a la intemperie, ya que de esa manera es posible hacer una vigilancia mutua ante la presencia de síntomas relacionados con la deshidratación y golpe de calor, abundó el médico.

En este sentido dijo que, ante la presencia de dolores de cabeza, náuseas, piel enrojecida, ausencia de sudoración, respiración y ritmo cardíaco agitado, es recomendable ubicar a la persona en una zona sombreada y con ventilación, así como proporcionarle agua para que beba de manera gradual, y en caso de que muestre confusión, mareos o desvanecimiento, es necesario solicitar apoyo en el número de emergencia 911.

Ojeda Garmendia subrayó la importancia de que la hidratación se efectúe preferentemente con agua, ya que las bebidas azucaradas pueden dificultar la absorción de líquidos y las etílicas aceleran la pérdida de agua en el cuerpo, al puntualizar que durante esta temporada de calor se tienen registrados 41 afectaciones a la salud por altas temperaturas, dos defunciones confirmadas por esta causa y una que está en proceso de dictaminación.