



CONDADO DE ORANGE – AGENCIA DE COMUNICADO DE PRENSA

Para publicación inmediata: 6 de septiembre de 2022 **Contacto:** HCA Communications
HCAComm@ochca.com
(714) 834-2178

ADVERTENCIA DE TEMPERATURAS ALTAS EXTENDIDA EN EL CONDADO DE ORANGE

(Santa Ana, CA) – El Servicio Meteorológico Nacional ha proyectado que las temperaturas altas seguirán alcanzando los 90 y 100 grados en muchas ciudades del condado de Orange hasta el viernes 9 de septiembre. Se alienta a los residentes a tomar precauciones para evitar enfermedades causadas por el calor, especialmente los adultos mayores, los niños pequeños, los trabajadores al aire libre, los atletas y las personas con afecciones médicas crónicas que son especialmente sensibles a los efectos negativos para la salud del calor extremo.

Se recomienda a los residentes que no tengan acceso a instalaciones con aire acondicionado que busquen un centro para refrescarse en su área. Los centros para refrescarse son lugares cubiertos que tienen aire acondicionado gratuitos donde puede mantenerse fresco cuando hay condiciones climáticas de calor extremo. Para obtener más información sobre los centros para refrescarse en su área, llame al 2-1-1 o visite <https://ocsheriff.gov/coolingcenters>.

Tenga cuidado y sepa qué hacer con las [enfermedades relacionadas con el calor](#) como el agotamiento por calor y el golpe de calor. Llame al 911 de inmediato si observa estos síntomas: temperatura corporal alta (103 °F o más), vómitos, mareos, confusión y piel caliente, roja, seca o húmeda. El golpe de calor es una emergencia médica.

Se alienta a las escuelas y organizaciones deportivas locales a minimizar la actividad al aire libre y la educación física para proteger a los estudiantes de enfermedades y lesiones relacionadas con el calor.

Las precauciones recomendadas para prevenir enfermedades relacionadas con el calor incluyen:

- Beber mucha agua; no esperar a tener sed.
- Usar ropa ligera y holgada.
- Mantenerse fuera del sol si es posible y, cuando esté en el sol, usar un sombrero de ala ancha y colocarse protector solar.

- Evitar las actividades extenuantes si está al aire libre o en edificios sin aire acondicionado. Si está trabajando al aire libre, tomar descansos con frecuencia y hacer pausas para alimentarse y beber líquidos en una zona a la sombra.
- **Nunca dejar niños, ancianos o mascotas desatendidos en automóviles cerrados u otros vehículos.**
- Ver cómo se encuentran aquellos que sean de alto riesgo, como algún vecino, para asegurarse de que se mantengan frescos, incluidas las personas mayores que viven solas, las personas con enfermedades cardíacas o pulmonares y los niños pequeños.
- Mantenerse fresco en el interior: si su hogar no tiene aire acondicionado, visite instalaciones públicas como centros comerciales y bibliotecas para mantenerse fresco.

Para obtener más información sobre las enfermedades relacionadas con el calor, visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention*) a través de <http://emergency.cdc.gov/disasters/extremeheat>.

###