Hospital Biprovincial Quillota Petorca llama a tomar medidas ante la ola de calor de estos días

Para gran parte de esta semana se han anunciado temperaturas extremas en varias regiones del país producto de una ola de calor que afecta entre las regiones de Coquimbo al Biobío, incidiendo en temperaturas que sobrepasarán los 30 y hasta 35 grados Celsius en zonas como la Cordillera de la Costa, valles centrales y pre Cordillera de Los Andes.

Es por ello que el Hospital Biprovincial Quillota Petorca pone en conocimiento de la comunidad usuaria algunos cuidados básicos para evitar ver expuesta la salud ante estas altas temperaturas anunciadas. Tal como destaca el Médico Urgenciólogo, Felipe Villagrán Plaza, la hidratación es fundamental:

Anuncio Patrocinado

“Lo principal es la hidratación, siempre mantenerse hidratado, por lo menos beber 2 litros de agua en esta época de calor. También evitar, por ejemplo, estar esperando en el auto bajo la hora de mayor calor, entre las 2 y 5 de la tarde, ya que dentro de los vehículos la temperatura puede rondar los 60 grados, inclusive. También evitar sobre abrigar a los adultos mayores y a los menores de edad, y siempre estar atentos a los síntomas” destacó el médico de la Unidad de Emergencias.

Trabajadores que laboran al sol deben estar protegidos

Al ser la zona de las provincias de Quillota y Petorca áreas eminentemente agrícolas, en donde predominan trabajos realizados a la intemperie, asoman también recomendaciones para evitar que los trabajadores se vean afectos a esta ola de calor con consecuencias nocivas para su salud.

Es por ello que, de acuerdo a la normativa vigente, los trabajadores agrícolas o urbanos que se desempeñen sin una estructura de resguardo, es decir a pleno sol, deben recibir de su empleador las medidas necesarias para mitigar los efectos del sol y el calor, como son protector solar, gorras e implementos que permitan preservar su salud, más aún en las horas *peak* de calor.

Así lo refrendó el Dr. Felipe Villagrán Plaza, quien apuntó a descansos intermedios en las horas de faenas como vitales para evitar golpes de calor. “Buscar formas de encontrar fuentes de sombra, el uso de sombrilla, gorro, también usar protector solar, hidratarse bastante; siempre buscar la forma de no exponerse tanto al calor, y si es inevitable hacerlo, buscar sistemáticamente momentos de descanso y de

disminuir la exposición al sol. También evitar la deshidratación, sobre todo en los trabajos bajo el sol, en los que la deshidratación, generada por la exposición al sol, el calor y, además, la actividad física hace que sea más riesgoso estar expuestos a golpes de calor y colapso cardiovascular", aseveró el médico urgenciólogo.

Buen uso de la Unidad de Emergencias

De igual formas, el llamado del Hospital Biprovincial es a otorgar un buen uso a la Unidad de Emergencias la cual, al ser de un Hospital de alta complejidad, debe abocarse a tratar pacientes de extrema gravedad con compromiso vital. Por ello el llamado de las autoridades ministeriales, del Servicio de Salud Viña del Mar Quillota y del mismo Hospital Biprovincial aconsejan dar buen uso, en primera instancia, de la Red de Atención Primaria de Salud.

Así, la idea es que los usuarios y usuarias concurran en primera instancia a su Consultorio, SAPU o SAR más cercano y, de ser necesario, serán trasladados a un centro de mayor complejidad, permitiendo con ello que las urgencias hospitalarias se concentren en aquellos casos de mayor gravedad. Así lo reafirmó el Dr. Felipe Villagrán Plaza: "La idea es encontrar el equilibrio entre la consulta precoz y no esperar que los síntomas estén muy avanzados para consultar, pero también usar con cautela el Servicio de Urgencias, ya que este muchas veces se ve sobre demandado por consultas que pueden ser resueltas en dispositivos de menor complejidad. Siempre considerar que los signos de alarma serán dolor de pecho, compromiso de conciencia y dificultad respiratoria; esos ameritan más una consulta a nivel hospitalario", finalizó el médico urgenciólogo.

Hospital Biprovincial Quillota Petorca llama a tomar medidas ante la ola de calor de estos días



y tú, ¿qué opinas?