

# COMUNICADO DE PRENSA

Lunes, 8 de junio de 2015

Contacto:

Jillian Oliveras Maldonado | 787-307-0257

## OFRECEN RECOMENDACIONES PARA PROTEGERSE ANTE EL CALOR VERANIEGO

*San Juan, PR-* El comienzo del verano es marcado por el aumento en la temperatura ambiental y la humedad. Aunque típicamente se asocia al mismo con días de playa y diversión, el calor extremo en combinación con la alta humedad puede causar emergencias de salud. Así lo indicó hoy la Secretaria del Departamento de Salud, Ana Ríus Armendáriz.

“El calor y la humedad pueden enfermarlo ya que su cuerpo no puede enfriarse adecuadamente. La humedad elevada y factores de riesgo como enfermedades crónicas y la deshidratación son las causas principales de que el cuerpo no pueda enfriarse adecuadamente”, explicó la titular de Salud.

La Epidemióloga del Estado, Brenda Rivera García, subrayó la importancia de tomar medidas como beber suficiente agua para mantenerse hidratado y vestirse con ropa fresca, de colores claros y que no apriete.

A su vez, Rivera García detalló los síntomas de agotamiento por calor:

- ✓ Sudor copioso
- ✓ Debilidad
- ✓ Piel fría, pálida, húmeda y pegajosa
- ✓ Pulso rápido o débil
- ✓ Náuseas o vómitos
- ✓ Mareos o desmayos

La salubrista recomendó buscar atención médica inmediatamente si se presentaban alguno de los siguientes síntomas:

- ✓ Temperatura corporal de más de 104°F
- ✓ Piel caliente, enrojecida y seca



ESTADO LIBRE ASOCIADO DE  
**PUERTO RICO**  
Departamento de Salud

- ✓ Pulso rápido y fuerte
- ✓ Posible pérdida del conocimiento

“Nuestra exhortación es y seguirá siendo que se mantengan bien hidratados, no es necesario esperar a tener sed para tomar agua”, puntualizó la epidemióloga.

**###**