

Cómo tratar un golpe de calor,

antes de que se convierta en una emergencia médica



¿Qué hacer ante un golpe de calor?

Existen varias enfermedades relacionadas con el calor, pero el golpe de calor es la más grave de todas, por el que requiere asistencia médica de inmediato. Se produce cuando el cuerpo no puede controlar su temperatura: la temperatura corporal aumenta rápidamente, el mecanismo de sudoración falla y el cuerpo no logra enfriarse.

Algunas recomendaciones sobre qué hacer para tratar un golpe de calor antes de que llegue a ser una emergencia médica son :

1. **Llama al 911 de inmediato.**
El golpe de calor es una emergencia médica
2. Lleva a la persona a un sitio más fresco.
3. Ayuda a bajar la temperatura de la persona poco a poco:
 - Utiliza paños fríos o mojados
 - Rocíale agua fría
 - Envuelve a la persona en una sábana mojada, fría y abanícala
4. No le dé a tomar bebida alguna.
5. Si el personal médico no ha llegado, llama a la sala de emergencias del hospital y pide instrucciones adicionales.



RECONOCE ALGUNOS SÍNTOMAS:

- Alta temperatura corporal (103°F o más)
- Piel caliente, enrojecida, seca o húmeda
- Pulso acelerado y fuerte
- Dolor de cabeza
- Pérdida del conocimiento (desmayos)
- Mareos
- Náuseas
- Confusión



DEPARTAMENTO DE

SALUD

GOBIERNO DE PUERTO RICO