



Comunicado de prensa

Para publicación de inmediato: 22 de julio de 2022

Contacto: Stephanie Badillo-Sanchez, Especialista en Comunicaciones

509-941-7364

Ubicaciones para que las personas se mantengan frescas en el calor

Yakima, WA- Se espera que las temperaturas alcancen los tres dígitos a partir de la próxima semana y se espera que las temperaturas diurnas alcancen entre 104 y 109 grados Fahrenheit. Es crucial mantenerse seguro durante este calor extremo para prevenir enfermedades relacionadas con el calor. El Distrito de Salud de Yakima alienta a las personas y familias que no tienen aire acondicionado a visitar lugares, como el [Yakima Valley Mall](#), las [Bibliotecas del Valle de Yakima](#), la Iglesia Metodista Unida Wesley u otros negocios locales para mantenerse frescos durante este tiempo. La Iglesia Metodista Unida Wesley, ubicada en 14 N 48th Ave, Yakima, WA 98908, estará abierta la próxima semana de lunes a viernes de 9:00am a 5:00pm para los miembros de la comunidad que necesitan un lugar para mantenerse frescos.

Pasos para prevenir enfermedades relacionadas con el calor

Hay varias formas de prevenir las enfermedades relacionadas con el calor. El calor extremo puede poner a cualquier persona en riesgo de sufrir una enfermedad causada por el calor; sin embargo, los riesgos para la salud son mayores para las personas mayores de 65 años, los niños menores de dos años y las personas con enfermedades crónicas o mentales. Tomar estos pasos adicionales ayudará a mantenerse seguro:

- Permanezca adentro y en un ambiente con aire acondicionado tanto como sea posible.
- Beba muchos líquidos, el agua es lo mejor.
- Nunca deje a ninguna persona o mascota en un vehículo estacionado o al aire libre sin protección contra el calor durante un período prolongado.
- Limite la actividad al aire libre, especialmente al mediodía cuando la temperatura es más alta.
- Use protector solar y use ropa holgada, liviana y de colores claros.
- Visite a sus vecinos y familiares mayores para asegurarse de que estén seguros.

Es importante conocer los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor para saber qué hacer a continuación. Las personas pueden experimentar golpe de calor, agotamiento por calor, calambres por calor, quemaduras solares o sarpullido por calor. Si usted o un miembro de su familia experimenta síntomas y comienza a perder el conocimiento, llame al 9-1-1 de inmediato.



Información Adicional:

[Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: ¡Manténgase fresco cuando hace calor!](#)

[Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: Signos y síntomas de advertencia de enfermedades relacionadas con el calor](#)

###