

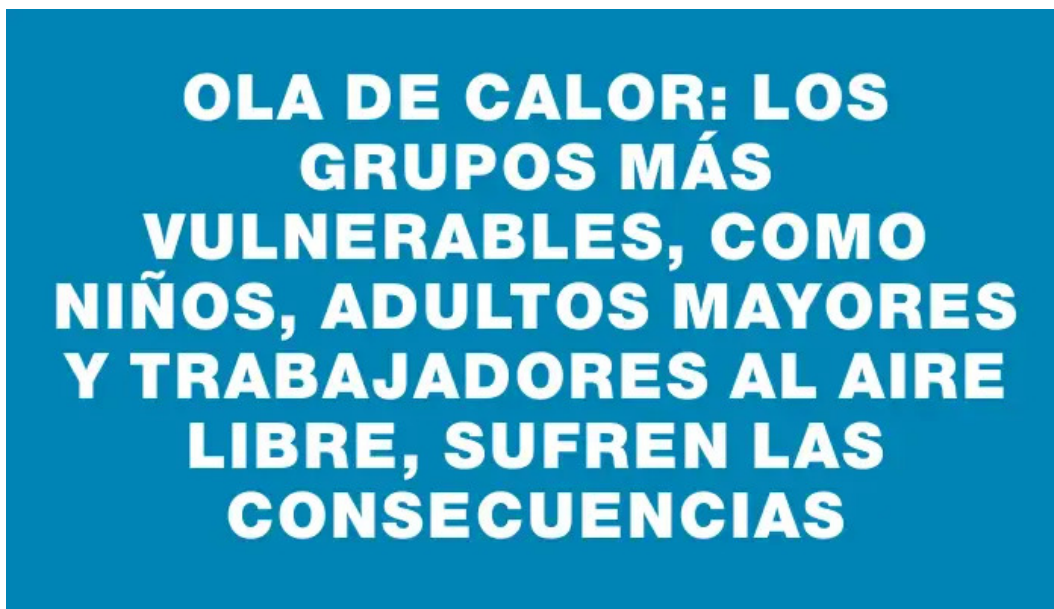
## Ola de calor: los grupos más vulnerables, como niños, adultos mayores y trabajadores al aire libre, sufren las consecuencias

General



Publicada el: 05/02/25	Visitas: 183
Comentarios: 0	Ver comentarios
Votos: 134	Puntaje: 3.7

[https://www.ultimasnoticias.com.uy/general/ola-de-calor-los-grupos-mas-vulnerables-como-ninos-adultos-mayores-y-trabajadores-al-aire-libre-sufren-las-consecuencias\\_16831.php](https://www.ultimasnoticias.com.uy/general/ola-de-calor-los-grupos-mas-vulnerables-como-ninos-adultos-mayores-y-trabajadores-al-aire-libre-sufren-las-consecuencias_16831.php)



*General*

*Ola de calor: los grupos más vulnerables, como niños, adultos mayores y trabajadores al aire libre, sufren las consecuencias*

**Ola de calor: los sectores más vulnerables, incluidos niños, ancianos y trabajadores al aire libre, enfrentan los impactos severos del intenso calor**

## **Alertan sobre el impacto de las olas de calor en la salud**

Las olas de calor, aunque no generan daños tan evidentes como otras amenazas naturales, pueden desencadenar graves problemas de salud, según lo indicado por la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Entre sus efectos se encuentra el agravamiento de enfermedades cardiopulmonares y renales. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Meteorológica Mundial (OMM) aún no han logrado un consenso sobre la definición de ola de calor. Sin embargo, ambas coinciden en que se trata de un período inusualmente caliente, seco o húmedo, que puede ocurrir tanto de día como de noche y que tiene una duración mínima de dos o tres días. Su impacto se percibe en seres humanos y sistemas naturales.

### **Temperaturas anómalas en Paysandú**

El médico sanducero, Gonzalo Deleón Lagurara, integrante de la Regional Norte del Colegio Médico del Uruguay, comentó a EL TELEGRAFO sobre la situación actual en Paysandú: “Nuestra ciudad y la región están experimentando temperaturas que superan ampliamente los valores habituales en esta época del año. Es pertinente alertar a la población sobre los riesgos que esto puede acarrear y generar recomendaciones para prevenir problemas de salud”. Deleón Lagurara destacó que hay grupos de riesgo más vulnerables a las altas temperaturas, incluyendo a adultos mayores, niños pequeños y pacientes con enfermedades crónicas como hipertensión, diabetes, afecciones cardíacas o respiratorias, así como aquellos que trabajan al aire libre. “La generación de un golpe de calor puede producir deshidratación y el agravamiento de enfermedades existentes, siendo algunas de las consecuencias más graves”, subrayó.

### **Medidas de prevención recomendadas**

El profesional enfatizó la importancia de adoptar medidas preventivas, principalmente la hidratación constante. “Es fundamental beber agua regularmente, incluso sin tener sed, especialmente en personas mayores y niños pequeños, quienes pueden no tener acceso fácil a líquidos por sí mismos”, señaló el médico. “La hidratación debe ser únicamente con agua, evitando bebidas azucaradas, refrescos con cafeína o alcohol”, agregó. Además, se aconseja evitar la exposición solar directa, sobre todo entre las 10 y las 17 horas, no solo por el riesgo de sufrir golpes de calor, sino también por el peligro de cáncer de piel debido a la exposición a los rayos ultravioletas.

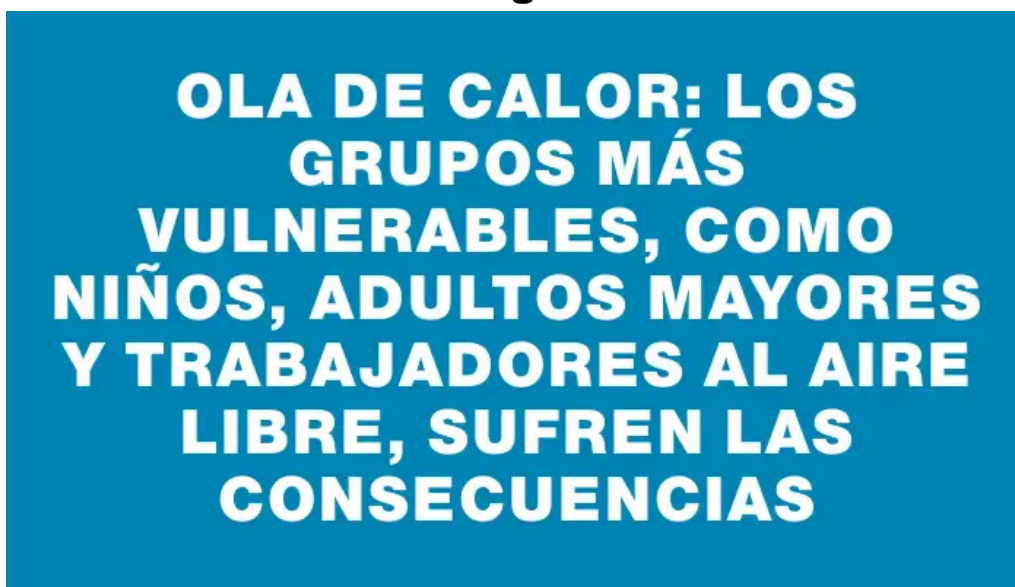
Se recomienda permanecer en ambientes frescos y optar por una alimentación ligera, rica en frutas y verduras, evitando comidas saladas.

### **Precauciones para trabajadores al aire libre**

Particular atención merece la situación de las personas que trabajan al aire libre, como los obreros de la construcción. Deleón Lagurara indicó que “estos trabajadores no solo enfrentan altas temperaturas, sino que también pierden líquidos considerablemente a través de la transpiración, por lo que deben mantener una hidratación constante”. Finalmente, el médico aconsejó que ante síntomas como piel enrojecida, temperatura corporal elevada, mareos, confusión o desmayos, se debe consultar de inmediato a un servicio de salud.

Fuente: El Telegrafo

### **Imágenes**



de calor los grupos mas vulnerables como ninos adultos mayores y trabajadores al aire libre sufren las consecue

### **Tags**

*mundial, vulnerables, temperaturas, enfermedades, enfrentan, naturales, agravamiento, impacto, lagurara, problemas, telegrafo, trabajadores*

### **Noticias relacionadas**

**3.7 \*** *Recomendaciones esenciales del director del Pereira Rossell frente a la ola de calor: claves para prevenir intoxicaciones y cuidados a tener en cuenta*

**4.5 \*** *La ola de calor se agudizará, alcanzando temperaturas superiores a*

los 40 °c y generando "tormentas severas", advierte Metsul

- 4.8 \*** *Ola de calor: pronósticos y recomendaciones del Inumet para enfrentar este fenómeno climático*
- 4.1 \*** *Se prevé una intensa ola de calor y la llegada de lluvias para este jueves en Salto*
- 4.2 \*** *Emiten alerta a la ciudadanía ante la llegada de una intensa ola de calor con temperaturas que podrían alcanzar los 40° y más*
- 4.0 \*** *Consejos de expertos para enfrentar la intensa ola de calor que azota el país*
- 4.8 \*** *Con termómetros que rondan los 40°C, en el litoral optan por la frescura del río para enfrentar la intensa ola de calor*
- 4.1 \*** *Calor extremo en Uruguay: consejos esenciales para proteger a los más pequeños*
- 3.6 \*** *Se anticipa un aumento histórico en el consumo eléctrico por la intensa ola de calor que azota la región*
- 4.6 \*** *Consejos esenciales para proteger a tus mascotas durante la ola de calor*

## Categorías

Interior
agro
aldea
asiática
Breves
básket
cartas
ciencia
Clima
columnistas
Cotizacion monedas
Cultura
Curiosidades
departamentales
Deportes
derechos humanos

eco uruguay
Economía
Empresariales
Empresas
entrevistas
Fútbol internacional
Fútbol uruguayo
Fúnebres
fútbol
gastronomía
General
género y feminismos
internacional
Internacionales
latidos
Maldonado
Mascotas
minuto a minuto
Mundo
municipales
Nacional
Estados Unidos
noticias de inmigracion
noticias de local
México
noticias de salud
noticias de tecnologia
obituarios
Opinión
policial
Policiales
Política
Principal
Resultados de juegos
Rurales
Salto
Salud
Show
sin categoría
sindicales
sociales
Sociedad

Tecnología & internet
titulares del día
tribuna
Turf
uncategorized
uruguay decide 2024
viajes y turismo