



SUSANA MARTINEZ, GOVERNOR

CARING FOR NEW MEXICO

CATHERINE D. TORRES, M.D., CABINET SECRETARY

Comunicado de prensa:
23 de Junio de 2011

Contacto de prensa: Chris J Minnick
Celular: 575-649-0754

El Departamento de Salud les recuerda a las personas tomar precauciones contra las enfermedades relacionadas con el calor este verano.

Se les urge a los padres de familia nunca dejar a un niño en un vehículo desatendido

(Santa Fe) – Con las temperaturas subiendo en todo el estado, el Departamento de Salud de Nuevo México recuerda a sus residentes tomar precauciones en contra de las enfermedades relacionadas con el calor, especialmente en los niños y los ciudadanos mayores. El Departamento también está recordándoles a los padres de familia nunca dejar a sus niños en automóviles desatendidos, debido al potencial que hay de enfermedades relacionadas con el calor.

“Nunca, bajo ningunas circunstancias, debe usted de dejar a su niño en su auto porque el interior del vehículo puede alcanzar temperaturas extremas rápidamente y eso puede causar serias emergencias de salud,” dijo Dra. Catherine Torres. “Si usted ve a un niño solo en un auto y no puede encontrar los padres o a los que lo cuidan, y todas las puertas están cerradas con llave, llame al 911 inmediatamente para que le ayuden a sacarlo, Los padres también deben de enseñar a sus niños a no jugar en ningún vehículo. Las llaves y los abridores por control remoto del auto nunca deben de dejarse en lugares que los niños puedan alcanzarlos.”

En Nuevo México entre los años 2005 y 2009 murieron 12 niños y 28 fueron hospitalizados con enfermedades relacionadas con el calor. De acuerdo con la Administración Nacional de Seguridad y Tráfico en las Carreteras, un promedio de 36 niños por año mueren en un automóvil como resultado de una insolación. Especialmente durante el verano la temperatura que sube rápidamente dentro de un automóvil cerrado puede ser fatal para un niño pequeño en manera de minutos.

Las personas que corren el mayor riesgo de enfermarse con el calor incluyen a los ancianos, a las personas más jóvenes, y a las personas con enfermedades crónicas. Las personas en estos grupos deben de ser vigiladas para asegurarse de que no están sufriendo de una enfermedad relacionada con el calor. Las personas sanas también pueden enfermarse si participan en actividades físicas pesadas cuando hace mucho calor.

Los síntomas de avisar de una insolación debido al calor incluyen sudar mucho, estar pálido, tener calambres en las piernas, sentirse cansado, débil, mareado, con dolor de cabeza, náusea o vómitos y desmayo. La deshidratación y el estar expuesto al sol por mucho tiempo pueden causar insolación, una enfermedad que potencialmente es una amenaza para la salud, que causa que los mecanismos normales del cuerpo para manejar el estrés del calor no trabajen. La señal principal de la insolación es una temperatura corporal de más de 104 grados, y cambios en el estado mental, desde cambios en la personalidad hasta confusión. “Si usted sospecha que alguien sufre de insolación, mueva a la persona del sol a un a lugar de sombra o con aire acondicionado., bájele el calor a la persona cubriéndola con sábanas mojadas o rociándolas con agua fría, abaníquela con un abanico o periódico, haga que la persona beba agua frío si es capaz de esto, y llame al 911 inmediatamente,” dijo la Dra. Torres.

Para prevenir enfermedades causadas por el calor, el Departamento de Salud recomienda lo siguiente:

- Encuentre un área fresca en su hogar o donde esté



- Beba mucha agua u otras bebidas frías; evite las que tienen azúcar, bebidas gaseosas y bebidas que contengan alcohol
- Dese un regaderazo frío, un baño o n baño de esponja con agua fría
- Use ropa de colores pálidos, que sea suelta, como ropa de algodón
- Vigile sus condiciones físicas y las de su familia por síntomas de insolación
- Si es posible, permanezca adentro durante las horas más calientes del día

Usted puede encontrar más información sobre enfermedades relacionadas con el calor en el sitio de Internet del Departamento de Salud, en www.nmhealth.org.

###