



COMUNICADO DE PRENSA 4 de septiembre del 2020

CENTRO DE INFORMACIÓN CONJUNTA
(805) 696-1188
eocpiostaff@countyofsb.org

EL DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA INSTA PRUDENCIA DURANTE LA ADVERTENCIA DE CALOR EXCESIVO Y POSIBLES CORTES DE ENERGÍA

(SANTA BARBARA, Calif.) – El Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Bárbara (PHD, por sus siglas en inglés) está pidiendo a los residentes a tomar las medidas de seguridad necesarias para evitar enfermedades relacionadas con el calor. Varias partes del condado de Santa Bárbara están bajo una advertencia de calor excesivo o un aviso de calor debido a las altas temperaturas desde las 10 a.m. del sábado 5 de septiembre del 2020 a 8 p.m. del domingo 6 de septiembre del 2020. El clima caluroso puede representar un riesgo de insolación o agotamiento por calor, especialmente para las personas vulnerables, incluidos los adultos mayores y los niños.

Debido a la alta demanda en la red eléctrica, el Operador de Sistema Independiente de California (ISO) ha emitido una Alerta Flex en todo el estado, que pide la conservación voluntaria de la electricidad, comenzando el sábado y extendiéndose hasta el lunes. Se pronostica que las temperaturas del fin de semana del Día del Trabajo estarán de 10 a 20 grados por encima de lo normal para California, y el operador de la red eléctrica está pronosticando un aumento en la demanda de electricidad, principalmente por el uso del aire acondicionado. Se pronostica un calor alto en todo el Oeste, lo que puede limitar la capacidad de la ISO de importar energía para atender la demanda. Durante este evento de calor existe la posibilidad de desplegar cortes de energía. Estos eventos de interrupción rotativa no se consideran apagones de energía de seguridad pública (PSPS). Para obtener más información sobre qué hacer antes, durante y después de un corte de energía, visite ReadySBC.org.

La ISO está instando a los consumidores a:

- Ajustar los termostatos de aire acondicionado a 78 grados, si la salud lo permite.
- Aplazar el uso de los electrodomésticos principales.
- Apagar las luces innecesarias.
- Desconectar los dispositivos eléctricos no utilizados.
- Cierre las persianas y las cortinas.
- Utilice ventiladores cuando sea posible.
- Límite el tiempo que la puerta del refrigerador está abierta.

Si bien sigue siendo fundamental para todos practicar el distanciamiento social y evitar grupos grandes durante esta pandemia de COVID-19, con el fin de proteger su salud y seguridad durante este evento de alto calor, el PHD sugiere a las personas a tomar las medidas inmediatas necesarias para proteger su salud, como la localización de un espacio con aire acondicionado.

-MÁS-

Si buscas lugares con aire acondicionado fuera de tu casa, continúa usando cubiertas faciales y mantén al menos seis pies de distancia de los demás. Si usted tiene síntomas o

Follow us on [Twitter: @SBCPublicHealth](https://twitter.com/SBCPublicHealth) [Facebook: Santa Barbara County Public Health Department](https://www.facebook.com/SantaBarbaraCountyPublicHealthDepartment)

es positivo a COVID-19, no se traslade a un espacio con aire acondicionado que sea compartido por otras personas fuera de su hogar, y llame a su proveedor de atención médica para las preocupaciones que pueda tener con respecto a los efectos del calor en su salud.

Se recomienda encarecidamente a los miembros de la comunidad que tomen las siguientes precauciones siempre que las temperaturas estén en aumento:

- **Cuida** de aquellos que podrían no ser conscientes del peligro o no son capaz de reaccionar en consecuencia, especialmente **las personas mayores, niños pequeños y mascotas**. Revisa a tus vecinos estén bien.
- **Use ropa apropiada**. La ropa ligera, de color claro y holgada funciona mejor.
- **Beba muchas bebidas frías y sin alcohol**, especialmente aquellas sin azúcar ni cafeína. No esperes a que tengas sed para beber. Si tienes restricciones de líquidos de tu médico, pregunta cuánto debes beber mientras hace calor.
- **Limite la actividad al aire libre**. Trate de programar actividades al aire libre durante las partes más frías del día, como las horas de la mañana y la noche. Asegúrese de usar protector solar y descanse con frecuencia.
- **Tome descansos regulares** en la sombra o en una habitación con aire acondicionado. Unas pocas horas en el aire acondicionado pueden ayudar a que su cuerpo se mantenga más fresco. Tomar una ducha o un baño frío también puede ayudar.
- **Para aquellos que trabajan al aire libre**, asegúrense de tomar descansos frecuentes en un área con sombra o habitación con aire acondicionado, si es posible. Manténgase hidratado y tome medidas al trasladarse a un espacio más fresco si siente signos de agotamiento por calor.
- **Conozca las señales de agotamiento por calor**. Si alguien se marea, le da náuseas o suda mucho, busque un lugar más fresco para él o ella inmediatamente.
- **Conozca las señales de insolación**. La insolación es mucho más grave que el agotamiento por calor. Los síntomas son similares al agotamiento por calor, pero también incluyen piel caliente y enrojecida. Con la insolación, la persona a menudo deja de sudar y la piel estará inusualmente seca. Si es una posibilidad de insolación, llame al 911 inmediatamente. ¡La insolación puede ser mortal!
- **No deje a los niños (y mascotas) desatendidos en los vehículos**. Sólo es cuestión de minutos en un día relativamente suave para que un vehículo alcance temperaturas mortales.

-30-

Manténgase Conectado:

Salud Publica del Condado: www.PublicHealthSBC.org, [Twitter](#) y [Facebook](#)

Condado de Santa Barbara: www.CountyofSB.org, [Twitter](#), [Facebook](#)

2-1-1 Call Center: Marque 211 o fuera del área, llame al (800) 400-1572

Línea de Información y Referencia del Equipo de Bienestar Comunitario: (805) 364-2750