De publicación inmediata: 18/07/2022 **GOBERNADORA KATHY HOCHUL**

LA GOBERNADORA HOCHUL INSTA A LOS NEOYORQUINOS A PREPARARSE PARA EL CALOR EXTREMO QUE COMENZARÁ EL MARTES

Se prevé que una combinación de altas temperaturas y humedad afectará la mayor parte del estado del martes al jueves con valores del índice de calor entre 96 ºF y 104 ºF

La gobernadora Hochul recomienda a los neoyorquinos asistir a los centros de refrigeración regionales, no salir y controlar a los vecinos vulnerables, ya que el calor extremo y la humedad representan un peligro para todos, en especial los ancianos y los niños pequeños

La gobernadora Kathy Hochul instó hoy a los neoyorquinos de todo el estado a prepararse para las peligrosas condiciones de calor que comenzarán el martes y se prevé que durarán hasta el jueves. Se espera que una combinación de altas temperaturas y niveles de humedad de moderados a altos produzcan valores del índice de calor entre 90 ºF y 99 ºF, y, posiblemente, entre 100 ºF y 104 ºF en ciertas áreas, lo que incluye la región de la ciudad de Nueva York.

El martes, la amenaza del calor peligrosamente alto llegará al sur del estado en la ciudad de Nueva York, Long Island y las regiones meridionales de Mid-Hudson. El miércoles, la mayor parte del estado estará cubierta por un gran calor y humedad con temperaturas que rondarán los 95 ºF. Es muy probable que el jueves las regiones del sur del estado experimenten las condiciones de calor más peligrosas, ya que se pronostican valores del índice de calor que superarán la marca de los 100 ºF.

"Los próximos días habrá un calor extremo en todo el estado e índices de calor peligrosos que podrían alcanzar los 100 ºF"**, dijo la gobernadora Hochul.** "Insto a todos los neoyorquinos a prepararse para el calor y la humedad esta semana y mantenerse atentos al clima de los próximos dos días. Los neoyorquinos nos cuidamos unos a otros, así que, por favor, no se olviden de controlar a sus vecinos, especialmente a los ancianos, los que tienen niños pequeños y las personas con discapacidades".

La comisionada de la Oficina de Seguridad Nacional y Servicios de Emergencia del estado de Nueva York, Jackie Bray, expresó: "Los efectos de las altas

temperaturas y humedad durante varios días crean condiciones peligrosas que pueden ocasionar estrés y enfermedades por el calor. Los neoyorquinos deben hacer lo posible por no salir y mantenerse hidratados bebiendo mucha agua. Si decide ejercitarse o debe trabajar en el exterior, intente hacerlo a primera hora de la mañana o de la noche cuando el sol está bajo y las temperaturas no son tan extremas".

"Julio suele ser uno de los meses más calurosos del año en nuestro estado y, a medida que las temperaturas aumentan, es imperativo que seamos más cuidadosos al proteger del calor extremo a los ciudadanos más vulnerables, además de mantener a los niños pequeños seguros y alejados de los automóviles, camiones y camionetas calientes", **sostuvo el secretario del Departamento de Estado del estado de Nueva York, Robert J. Rodriguez, quien supervisa la División de Protección al Consumidor del estado de Nueva York.** "Para ayudar a salvar vidas y evitar tragedias innecesarias, aliento a todos los neoyorquinos familiarizarse con unos consejos de seguridad importantes y a implementar medidas precautorias para garantizar el bienestar de los niños que tengan a su cuidado o de cualquier niño al que encuentren en peligro".

Los neoyorquinos deben estar atentos a los pronósticos meteorológicos a fin de mantenerse actualizados. Para obtener una lista completa de los controles, las alertas y las advertencias del clima, así como de los pronósticos más recientes, visite el sitio web del Servicio Meteorológico Nacional.

El Departamento de Salud del estado de Nueva York también recuerda a los neoyorquinos que el calor es el principal asesino relacionado con el clima en Estados Unidos. Las muertes y enfermedades relacionadas con el calor se pueden prevenir, pero anualmente muchas personas sufren los efectos del calor extremo. Algunas personas corren un riesgo mayor que otras de padecer enfermedades relacionadas con el calor. Los neoyorquinos deben conocer los factores de riesgo y los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor para protegerse y proteger a los que aman.

Estos son los síntomas de un golpe de calor:

- Piel caliente, seca y roja
- Pulso acelerado
- Respiración acelerada y superficial
- Temperatura corporal superior a los 105º
- Pérdida de la lucidez, confusión o pérdida de la conciencia

Los neoyorquinos pueden obtener más información, incluidas las ubicaciones de los centros de refrigeración, en la página web dedicada aquí.

Preparativos de las agencias

Oficina de Seguridad Nacional y Servicios de Emergencia (DHSES, por sus siglas en inglés)

El Centro de Operaciones de Emergencia de la DHSES del estado de Nueva York está dando seguimiento a las condiciones meteorológicas, se comunica con los administradores de emergencias locales y coordinará los esfuerzos de respuesta

necesarios de los gobiernos locales. También están preparadas las reservas estatales para su envío a las localidades que lo requieran.

Departamento de Servicios Públicos (DPS, por sus siglas en inglés)
El DPS del estado de Nueva York monitoreará las condiciones del sistema eléctrico y supervisará la respuesta de los servicios públicos a cualquier situación que pueda surgir como resultado del calor extremo esta semana. El DPS ha estado en contacto directo con los líderes de los servicios públicos a fin de garantizar que estén preparando los sistemas para el calor extremo y que realizarán el seguimiento de las condiciones del sistema durante todo el fenómeno. Si es necesario, el DPS activará el programa de reducción de picos de demanda para todas las agencias del estado de Nueva York. Además, el Operador de Sistemas Independientes de Nueva York activará su Programa de Demanda de Respuesta ante Emergencia voluntario para reducir la carga según sea necesario. Las empresas de servicios públicos de Nueva York cuentan con aproximadamente 5,500 trabajadores disponibles, según sea necesario, para realizar evaluación de daños, actividades de respuesta, reparación y restablecimiento del servicio en todo el estado para este evento de calor. El personal de la agencia vigilará el funcionamiento de los servicios públicos durante el evento y se asegurará de que las empresas de servicios públicos envíen el personal adecuado a las regiones que sufran el mayor impacto.

Consejos para el calor
El calor excesivo es la principal causa de muertes evitables relacionadas con el clima cada año, especialmente entre personas de edad avanzada. De acuerdo con los Centros de Control y Prevención de Enfermedades, el calor ocasiona más de 600 muertes evitables en Estados Unidos cada año. Para ayudar a los neoyorquinos a mantenerse a salvo durante el calor excesivo, se ofrecen estos consejos:

Esté preparado
Es importante tomar precauciones para evitar el agotamiento por calor. Esto incluye ajustar su cronograma para evitar estar al aire libre durante las horas más calientes del día y modificar su alimentación y consumo de agua cuando sea posible.

- Reduzca las actividades y el ejercicio arduos, especialmente de 11 a. m. a 4 p. m., que son las horas pico de sol.
- Ejercítese temprano a la mañana, antes de las 7 a. m.
- Consuma menos proteínas y más frutas y verduras. Las proteínas producen calor metabólico y lo aumentan, lo que se traduce en pérdida de agua. Consuma comidas en porciones más pequeñas, pero con mayor frecuencia. No consuma alimentos salados.
- Beba al menos entre 2 y 4 vasos de agua por hora durante los momentos de calor extremo, aun si no tiene sed. Evite las bebidas que contengan alcohol y cafeína.
- De ser posible, permanezca fuera del sol y en lugares con aire acondicionado. El sol calienta la parte interna del cuerpo, lo que puede provocar deshidratación. Si no tiene aire acondicionado, permanezca en

el piso más cercano al suelo, fuera del sol directo, o vaya a un edificio público que tenga aire acondicionado.

- Si debe salir, utilice una loción con bloqueador solar con un factor de protección solar mínimo de 15, y un sombrero para proteger el rostro y la cabeza.
- Cuando esté al aire libre, vista ropa suelta, liviana y de colores claros. Cubra tanta piel como sea posible para evitar quemaduras y los efectos de sobrecalentamiento en el cuerpo.
- Nunca deje a niños, mascotas o personas que requieran cuidados especiales en un vehículo estacionado, especialmente durante períodos de calor intenso en el verano. Las temperaturas dentro de un vehículo cerrado pueden llegar rápidamente a más de 140 grados Fahrenheit. La exposición a temperaturas tan elevadas puede ser fatal en cuestión de minutos.
- Intente asegurarse de que sus vecinos se encuentren bien si se produce una ola de calor, especialmente si son personas de edad avanzada o tienen niños pequeños o discapacidades. Asegúrese de que haya suficiente alimento y agua para sus mascotas.
- La exposición prolongada al calor puede ser dañina y potencialmente letal. Llame al 911 si usted o alguien que conoce presenta síntomas o señales de enfermedades debidas al calor, incluidos dolores de cabeza, mareos ligeros, calambres musculares, náuseas o vómitos.

Conserve la electricidad

Tomar medidas inteligentes para reducir el consumo de energía, en especial durante los períodos de picos de demanda, no solo ayuda a reducir el pico de demanda del estado, sino que también ahorra dinero a los consumidores cuando la electricidad es más cara. Para reducir el uso de energía, especialmente durante los períodos de máxima demanda, se alienta a las personas a que apliquen algunas de las siguientes medidas de ahorro de energía, las cuales son de bajo costo o sin costo:

- Cierre las cortinas, ventanas y puertas en el lado de su casa que dé al sol para reducir la acumulación de calor solar.
- Apague los equipos de aire acondicionado, luces y otros aparatos cuando no esté en casa, y utilice un temporizador para encender los equipos de aire acondicionado aproximadamente media hora antes de volver a casa. Utilizar zapatillas eléctricas avanzadas para apagar de una sola vez todos los electrodomésticos de su hogar y ahorrar energía.
- Los ventiladores pueden hacer que las habitaciones se sientan 10 grados más frescas y consumen 80% menos de energía que los equipos de aire acondicionado.
- Si va a comprar un equipo de aire acondicionado, asegúrese de que esté certificado con la norma ENERGY STAR, que utilizan hasta un 25% menos de energía que los modelos estándares.
- Fije la temperatura de su equipo de aire acondicionado en 78 °F o más para reducir sus costos de electricidad.

- Instale su equipo de aire acondicionado en una ventana central, no en una lateral, para permitir una mejor circulación del aire.
- Considere instalar la unidad hacia el norte, el este o en la zona de su hogar que reciba la mayor cantidad de sombra. Si el equipo de aire acondicionado está expuesto a la luz solar directa, deberá trabajar más y utilizará más energía.
- Selle los espacios alrededor del equipo de aire acondicionado con masilla para evitar que el aire frío se escape.
- Limpie los ventiladores de refrigeración y del condensador, junto con las serpentinas, para garantizar el funcionamiento correcto de su equipo de aire acondicionado, y revise el filtro todos los meses para reemplazarlo si se necesita.
- Utilice electrodomésticos tales como máquinas lavarropas, secarropas, lavavajillas y hornos temprano por la mañana o tarde en la noche. Esto también lo ayudará a reducir el índice de humedad y calor en su hogar.
- Utilice bombillas eléctricas eficientes y certificadas con la norma ENERGY STAR en lugar de bombillas incandescentes, con lo que ahorrará un 75% de energía.
- Cuando sea posible, utilice el horno de microondas para cocinar. Los hornos de microondas utilizan aproximadamente 50% menos de energía que los hornos convencionales.
- Cuelgue la ropa en un tendedero para secarla. Si va a utilizar un secarropas, recuerde limpiar el filtro para pelusa antes de cada carga.
- Intente llevar un control de las diferentes maneras en las que utiliza el agua en su hogar. En vez de utilizar de 30 a 40 galones de agua para bañarse, instale una ducha de flujo reducido, con la cual consumirá 3 galones menos de agua por minuto.
- Reduzca el ajuste de temperatura en su lavadora y enjuague con agua fría para reducir el consumo de energía.
- Puede encontrar más consejos sobre cómo preservar la energía en el sitio web de la Autoridad de Investigación y Desarrollo de Energía del Estado de Nueva York (NYSERDA, por sus siglas en inglés) aquí.

Seguridad en el agua

Los navegantes deben asegurarse de tomar las precauciones de seguridad correspondientes mientras disfrutan de las diferentes oportunidades de navegación que el estado de Nueva York tiene para ofrecer. El Departamento de Servicios Marinos de Parques Estatales recuerda a los navegantes practicar la navegación segura y responsable, que incluye lo siguiente:

- Usar un dispositivo de flotación personal cuando están en el agua. La ley estatal requiere que los niños menores de 12 años usen un dispositivo de flotación personal cuando están en una moto acuática.
- Completar un curso de navegación segura.
- Equipar e inspeccionar correctamente su embarcación.
- Mantener una velocidad prudente.
- Abstenerse de consumir alcohol durante la navegación.

- Verificar el pronóstico del tiempo antes de ingresar al agua para saber sobre posibles tormentas y buscar refugio inmediato en la costa si se escucha un trueno.

La comisionada interina de la Oficina de Servicios para Niños y Familias del estado de Nueva York, Sheila J. Poole, señaló: "Todos pueden ayudar a evitar las muertes en los automóviles por el calor y es especialmente urgente con las altas temperaturas que estamos teniendo en todo el estado. Primero y más importante, nunca deje a un niño sin supervisión en un vehículo, aunque las ventanillas estén parcialmente bajas. Y adopte el hábito de poner siempre algo que necesite en el asiento de atrás junto al asiento para niños del automóvil: llaves, cartera, portafolio o celular como acordarse de mirar antes de cerrar. Estas dos acciones pueden salvar la vida de un niño".

La comisionada de Salud del estado de Nueva York, la Dra. Mary T. Bassett, dijo: "Los padres y los tutores nunca deben dejar a un niño ni a una mascota solos en un automóvil caliente, aunque las ventanillas están bajas, ya que la temperatura puede subir a niveles peligrosos en minutos. Es importante conocer los signos y los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor y tomar las precauciones apropiadas porque los niños y las mascotas pueden desarrollar enfermedades como hipertermia o, incluso, morir por un golpe de calor".

El comisionado del Departamento de Vehículos Automotores y presidente del Comité de Seguridad Vial de la Gobernadora, Mark J. F. Schroeder, indicó: "Con el aumento de las temperaturas en el estado, insto a los padres, los cuidadores y los dueños de mascotas a convertir en parte de su rutina el control del asiento trasero de su vehículo para ver si hay niños y mascotas. Es fácil distraerse y olvidarse de un niño o una mascota que están durmiendo o tranquilos en el asiento trasero. Miren antes de cerrar el vehículo. Los automóviles se calientan rápidamente, por lo que dejar a un niño o una mascota en ellos, aunque sea por poco tiempo, puede ser extremadamente peligroso. Además, cuando no estén usando el vehículo, recuerden cerrar las puertas para que los niños no se sientan tentados a subirse para jugar".

Las personas que reman en canoas, kayaks y tablas para remar de pie deben conocer sus habilidades y tomar precauciones cuando hay vientos fuertes o constantes que crean grandes olas, o cuando están en corrientes fuertes. Los remeros en aguas donde hay botes de motor deben mantenerse cerca de las orillas y fuera de los canales principales.

También se encuentra disponible más información sobre dónde puede encontrar un centro de refrigeración cerca de usted y otros consejos útiles relativos al calor extremo en la página web de emergencia climática del Departamento de Salud del estado de Nueva York.

Para obtener más información sobre la seguridad en la navegación, incluidas listas de cursos de navegación segura, y recreación marina en el estado de Nueva York, haga clic aquí.

El calor del verano puede provocar la formación de ozono al nivel del suelo, un componente principal de la contaminación fotoquímica. El Departamento de Conservación Ambiental (DEC, por sus siglas en inglés) y el Departamento de Salud (DOH, por sus siglas en inglés) emitirán alertas de calidad del aire cuando los meteorólogos del DEC pronostiquen que se espera que los niveles de contaminación, ya sea de ozono o de partículas finas, superen el valor de 100 del índice de calidad de aire. Puede obtener información sobre el pronóstico de la calidad del aire para el estado de Nueva York aquí.

###