



Para su publicación inmediata: 17/06/2018 GOBERNADOR ANDREW M. CUOMO

EL GOBERNADOR CUOMO INSTA A LOS NEOYORQUINOS A QUE SE CUIDEN DEL CALOR EXCESIVO QUE SE ESPERA PARA ESTE DOMINGO Y LUNES

El umbral de alerta por calor del estado de Nueva York se redujo a 95 grados Fahrenheit para ayudar a prevenir enfermedades relacionadas con las altas temperaturas

Muchos parques estatales con piscinas abrirán este fin de semana en anticipación al comienzo oficial del verano

Las altas temperaturas junto al aumento de la humedad pueden ser peligrosas para las poblaciones en riesgo, como los adultos mayores o los niños pequeños

El DEC y el DOH emitieron este 17 de junio una alerta sanitaria por la calidad del aire para la ciudad de Nueva York, Lower Hudson Valley, la región este del lago Ontario y la región oeste de Nueva York

El gobernador Andrew M. Cuomo instó hoy a los neoyorquinos a que tomen medidas precautorias para prevenir enfermedades relacionadas con el exceso de calor y limiten la actividad física intensa al aire libre ya que se esperan temperaturas elevadas y mucha humedad para este domingo y, especialmente, el lunes, en el Estado, con altos valores del índice de calor. Estos valores del índice de calor, o la temperatura que se siente cuando está combinada con mucha humedad, serán de 80 a 90 grados el domingo y 90 a 105 grados el lunes, especialmente en las ciudades y valles. Entre las personas que son susceptibles a contraer enfermedades relacionadas con el calor se encuentran los niños, los ancianos, aquellos que hacen ejercicio al aire libre, aquellos que deben trabajar en el exterior o aquellos que poseen enfermedades respiratorias como el asma. Las poblaciones en riesgo deben permanecer en ambientes frescos cuando aumente la temperatura.

“Dado que se pronostica calor y humedad por un tiempo prolongado, pido a los neoyorquinos que tomen las medidas necesarias para mantenerse frescos”, **explicó el gobernador Cuomo**. “A medida que las temperaturas aumentan, le quiero pedir a todos que controlen a los amigos y vecinos que puedan necesitar ayuda adicional y que se refresquen en las piscinas de los Parques Estatales y en los centros de refrigeración”.

Por orden del Gobernador, el Departamento de Salud (DOH, por sus siglas en inglés) del Estado, en colaboración con el Servicio Meteorológico Nacional, ha disminuido la temperatura en que se debe alertar a la población sobre el riesgo de las enfermedades relacionadas con las temperaturas excesivas durante los días calurosos y olas de calor. Una investigación del DOH, financiada por la NASA, demostró que las visitas al departamento de emergencias y los ingresos en hospitales aumentan notablemente los días en los que el índice de calor alcanza o supera los 95 grados. Los riesgos de estrés causado por el calor, deshidratación, enfermedades renales o cardiovasculares y muerte aumentan por hasta cuatro días una vez que pasa la ola de calor. El Servicio Meteorológico Nacional ha disminuido el umbral de alerta para todo el estado de Nueva York de 100 a 95 grados.

Además, el Departamento de Salud del Estado de Nueva York preparó una lista en Internet de centros de refrigeración, donde las personas pueden ir a refrescarse en días de altas temperaturas. Haga clic [aquí](#) para acceder a una lista de las direcciones y números de teléfono de los centros de refrigeración ofrecidos por los departamentos locales de salud y las oficinas de manejo de emergencias de cada región.

Algunas piletas en todo el sistema de Parques Estatales de Nueva York estarán abiertas este fin de semana para que los visitantes se refresquen en los días de calor que están por llegar.

Algunos de los puntos más populares que abrirán sus piscinas este fin de semana antes del comienzo del verano son Jones Beach, Robert Moses y Sunken Meadow en Long Island; Denny Farrell Riverbank (piscina cubierta) y Gantry Plaza Spray Pad en la ciudad de Nueva York; Bear Mountain, Rockland Lake, Minnewaska, Lake Taghkanic y Taconic (Copake y Rudd Pond) en Hudson Valley; Grafton Lakes, Saratoga Spa (piscina Victoria) y Moreau Lake en la Región Capital; Delta Lake en Mohawk Valley; Green Lakes y Verona Beach en la Región Central; Taughannock Falls y Watkins Glen en la Región Sur; Fair Haven y Hamlin Beach en Finger Lakes; y Fort Niagara, Evangola y Allegany (Quaker Area) en la Región Oeste de Nueva York.

Para obtener una lista completa de todos los espacios con piscinas y sitios para refrescarse visite www.parks.ny.gov y seleccione un Parque Estatal cerca suyo.

Las temperaturas calurosas junto al aumento de la humedad llegarán a casi todo el estado de Nueva York el domingo. En Finger Lakes, la Región central, la Región Sur y Mohawk Valley, las altas temperaturas alcanzarán el domingo entre 80 y 90 grados, especialmente en las ciudades y los valles. El lunes, las temperaturas alcanzarán o incluso superarán los 90 grados y, si la humedad aumenta, el índice de calor superará los 90 grados y hasta podría superar los 100 grados en las ciudades de Rochester y Syracuse.

Las temperaturas rondarán los 80 grados el domingo y el lunes en la región norte y capital y se acercarán a los 90 grados en la región de Mid-Hudson. Tomando en cuenta el índice de calor, las temperaturas se sentirán como de 80 a 90 grados el domingo y de 90 a 105 grados el lunes. La región de la ciudad de Nueva York vivirá un aumento notable de la humedad y la temperatura con cifras que alcanzarán los 90 grados el domingo y los 95 grados el lunes, con un índice de calor de entre 95 y 100 grados.

El Departamento de Conservación Ambiental (DEC, por sus siglas en inglés) y el Departamento de Salud emitirán una Alerta Sanitaria por la Calidad del Aire para el área metropolitana de la ciudad de Nueva York, Lower Hudson Valley, la región este del lago Ontario y la Región Oeste de Nueva York para el domingo 17 de junio del 2018, por el problema del ozono, que estará vigente desde las 11 a. m. hasta las 11 p. m. El DEC y el DOH también emitirán una Alerta Sanitaria por la Calidad del Aire para el área metropolitana de la ciudad de Nueva York, Long Island y Lower Hudson Valley para el lunes 18 de junio del 2018, por el problema del ozono, que estará vigente desde las 11 a. m. hasta las 11 p. m.

El DEC ha establecido una línea gratuita sobre calidad del aire (1-800-535-1345) para mantener a los neoyorquinos informados sobre las últimas novedades respecto de la situación del aire. Más información sobre el ozono y el material particulado 2,5 se encuentra disponible en el sitio web del DEC en <http://www.dec.ny.gov/chemical/8400.html> y en el del DOH en <http://www.health.ny.gov/environmental/outdoors/air/ozone.htm>.

El calor del verano produce que haya más navegantes en las aguas del estado de Nueva York. Asegúrese de estar tomando las precauciones necesarias. Los Guardacostas de EE. UU. aconsejan lo siguiente:

- No beba: el alcohol afecta la capacidad de discernir, la visión, el equilibrio y la coordinación.
- Realice un curso de seguridad. Siete de cada 10 incidentes de navegación son ocasionados por un error del operador. Consulte el [sitio web de los Parques Estatales de Nueva York](#) o [el sitio web del DEC](#) para conocer los cursos que se dictan cerca de su ubicación.
- Utilice un salvavidas: un salvavidas bien colocado puede evitar ahogos, que es la principal causa de muerte en botes.
- Controle su bote: los Guardacostas Auxiliares y el Escuadrón de Energía de EE. UU. ofrecen controles de seguridad gratuitos para los barcos. Obtenga más información en www.vesselsafetycheck.org.
- Hay que estar preparado. Informe hacia dónde se dirige y cuándo planea volver y lleve consigo dispositivos de señalamiento como balizas, silbatos y una bocina.
- Respete todos los límites de velocidad.
- Controle de cerca a otros navegantes y nadadores mientras navega.

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 los Estados Unidos cada año. Para ayudar a los residentes de Nueva York a no correr riesgos durante las olas de calor excesivo, el gobernador ofreció las siguientes recomendaciones:

Personas que deben estar atentas:

- Las personas de edad avanzada y los niños pequeños son los más afectados.

- Las personas con problemas de peso o alcohol son muy susceptibles a sufrir reacciones ocasionadas por el calor.
- Personas que tomen ciertos medicamentos o drogas.

Esté preparado:

- Disminuya las actividades y el ejercicio extenuantes, especialmente durante las horas pico de sol, de 11 a. m. a 4 p. m.
- Si va a hacer ejercicio, hágalo temprano en la mañana, entre las 4 a. m. y 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 dentro de un automóvil estacionado u otros vehículos durante períodos de calor intenso. 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.
- Haga un esfuerzo por asegurarse de que sus vecinos se encuentren bien si ocurre una ola de calor, especialmente si son personas de edad avanzada o tienen niños pequeños o necesidades especiales.
- Asegúrese de que haya suficiente alimento y agua para sus mascotas.

Conozca las señales de los efectos relacionados con el calor en la salud:

La exposición prolongada al calor puede ser dañina y potencialmente letal. Llame al 911 si usted o alguien que conoce tiene síntomas de una enfermedad relacionada con el calor, como pueden ser:

- dolor de cabeza
- mareos ligeros
- calambres musculares
- náuseas
- vómitos

Para obtener más información sobre cómo cuidarse durante los periodos de calor extremo, haga clic [aquí](#) y [aquí](#).

Además, el gobernador Cuomo [anunció](#) recientemente que se otorgarán \$3 millones en fondos federales para los neoyorquinos con problemas de salud graves a través del Programa de Asistencia para la Calefacción de Hogares (HEAP, por sus siglas en inglés) para recibir ayuda para comprar aires acondicionados. El subsidio se suministrará según el orden de llegada de las solicitudes. Los [departamentos locales de servicios sociales](#) aceptarán solicitudes hasta el 31 de agosto, o hasta que se agoten los fondos.

###

Noticias adicionales en www.governor.ny.gov.
Estado de Nueva York | Cámara Ejecutiva | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418

[CANCELAR SUSCRIPCIÓN](#)