



Para su publicación inmediata: 19/07/2017 GOBERNADOR ANDREW M. CUOMO

**EL GOBERNADOR CUOMO INSTA A LOS NEOYORQUINOS A CUIDARSE Y PREPARARSE PARA EL AUMENTO DE LA TEMPERATURA EN TODO EL ESTADO**

***El Gobernador Instruye a los Parques Estatales a Ofrecer Horarios Extendidos en las Instalaciones de Natación***

***Se Espera que la Temperatura Supere los 90 Grados Fahrenheit al Sur del Estado y Puede Afectar Drásticamente la Salud y Seguridad de los Adultos Mayores y los Niños Pequeños***

El gobernador Andrew M. Cuomo solicitó hoy a los neoyorquinos que permanezcan a salvo, ya que se espera un aumento de la temperatura en todo el estado. Los valores de índice de calor se encontrarán por encima de los 90 grados Fahrenheit y alcanzarán los valores máximos por la tarde. Para mantener a los neoyorquinos frescos, el Gobernador instruyó a la Oficina de Parques, Recreación y Preservación Histórica del estado a que ofrezca horarios extendidos en las instalaciones de natación del estado y otros parques estatales durante la ola de calor para ayudar a los neoyorquinos a combatir el calor. El horario extendido comenzará hoy, 19 de julio, y continuará hasta el viernes 21 de julio. Se publicó un Alerta por Calor para los condados de Westchester, Rockland, la ciudad de Nueva York, Nassau y Suffolk vigente desde las 11 a. m. de esta mañana hasta las 6 p. m. del jueves. Los valores de índice de calor se encontrarán por encima de los 90 grados Fahrenheit y alcanzarán los valores máximos por la tarde.

“Se espera que la temperatura aumente en toda la ciudad de Nueva York, Hudson Valley y Long Island y, a fin de garantizar la seguridad de todos los neoyorquinos, instruí a los parques de las regiones afectadas a que extiendan los horarios de playas y piscinas en todo el estado”, **dijo el gobernador Cuomo**. “Dado que las alertas por calor continúan, recomiendo a todos que se mantengan informados acerca del clima local, tomen las medidas necesarias para protegerse a sí mismos y a sus seres queridos del calor y aprovechen las estaciones de refrigeración disponibles en su región”.

Los valores del índice de calor se encontrarán por encima de los 90 grados Fahrenheit y alcanzarán los valores máximos por la tarde. Un Alerta por Calor se emite cuando se

espera que, debido a la combinación de calor y humedad, se sienta una temperatura de entre 95 y 99 grados Fahrenheit durante dos días consecutivos o más, o entre 100 y 104 grados Fahrenheit durante cualquier período de tiempo.

Para garantizar que todos los neoyorquinos se mantengan frescos, las siguientes playas y piscinas han extendido sus horarios:

### **Región de Mid-Hudson**

- La piscina de Bear Mountain extenderá su horario de natación hasta las 6:30 p .m.
- La piscina del lago Rockland permanecerá abierta hasta las 6:45 p. m.
- La playa del Lago Welch permanecerá abierta hasta las 7 p. m.
- La piscina del Parque Estatal FDR permanecerá abierta hasta las 6:30 p. m.
- La playa del lago Taghkanic permanecerá abierta hasta las 7 p. m.

### **Ciudad de Nueva York**

- Se incorporarán rociadores al Parque Estatal Gantry Plaza en Queens y al Parque Estatal East River en Brooklyn.

### **Long Island**

- Las playas oceánicas en los Parques Estatales de Jones Beach, Robert Moses, Sunken Meadow y Hither Hills, y la piscina de Jones Beach West Bathhouse permanecerán abiertas hasta las 8 p. m.
- Los horarios para nadar por el Estuario en Wildwood y en el Parque Estatal Orient Beach se extenderán hasta las 7 p. m.
- La piscina del Parque Estatal Montauk Downs permanecerá abierta hasta las 7 p. m.

Las actividades de natación pueden verse afectadas por condiciones meteorológicas peligrosas o condiciones cambiantes del agua. Consulte la página web de Parques Estatales, [www.nysparks.com](http://www.nysparks.com), o llame al parque directamente para confirmar disponibilidad.

**La comisionada de Parques Estatales, Rose Harvey, señaló:** “Las playas y piscinas de los Parques Estatales ofrecen el mejor lugar para refrescarse cuando aumenta el índice de calor. Quiero agradecerle al gobernador Cuomo por brindar más oportunidades para que las familias disfruten del espacio al aire libre cómodamente”.

**El director interino de la Oficina de Asuntos de la Vejez, Greg Olsen, manifestó:** “La humedad y el calor extremos pueden ser muy graves y especialmente peligrosos para los adultos mayores. Los adultos mayores, especialmente aquellos que cuentan con bajos ingresos, viven solos, padecen enfermedades crónicas o toman ciertos medicamentos, son más sensibles a las enfermedades relacionadas con el calor. Durante los meses de verano, vecinos y familiares deberían verificar cómo se encuentran las personas mayores para asegurarse de que estén saludables y seguros”.

**El comisionado del Departamento de Salud, Dr. Howard Zucker, sostuvo:** “Si bien los períodos de mucho calor y humedad no son una novedad durante los meses de

verano, la exposición prolongada o intensa a altas temperaturas puede afectar la salud y debe tomarse en serio. Aliento a todos los neoyorquinos a que tomen las precauciones necesarias para cuidarse de los golpes de calor y se familiaricen con los síntomas de enfermedades relacionadas con el calor para que puedan actuar de manera adecuada si ellos mismos, o alguien que conocen, experimentan problemas de salud relacionados con el calor”.

**El comisionado de la Oficina de Seguridad Nacional y Servicios de Emergencia, Roger L. Parrino, Sr., indicó:** “Se espera que la temperatura aumente considerablemente al sur del estado esta semana. Tomen precauciones para protegerse del calor, especialmente, si trabajan al aire libre, tienen niños pequeños o problemas de salud. Lo que es más importante, sean buenos vecinos y verifiquen cómo se encuentran sus vecinos y amigos mayores, así como aquellos con necesidades especiales”.

Entre las personas que corren más riesgos cuando la temperatura es elevada, se encuentran las personas mayores y los niños pequeños, las personas con problemas de peso o alcoholismo y las personas que consumen medicamentos o drogas.

Los centros para refrescarse estarán abiertos hoy y mañana en la ciudad de Nueva York. Para conocer el centro para refrescarse más cercano y su horario de operación, llame al 311 o visite: [www.nyc.gov/beattheheat](http://www.nyc.gov/beattheheat) . Para conocer las ubicaciones de los centros para refrescarse en todo el estado, visite: [www.health.ny.gov/environmental/weather/cooling/index.htm](http://www.health.ny.gov/environmental/weather/cooling/index.htm).

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

**Golpe de calor:** También conocido como insolación, el golpe de calor puede poner en peligro la vida. La temperatura del cuerpo puede elevarse y ocasionar daño cerebral; puede causar la muerte si no se enfría a la persona rápidamente. Las señales incluyen piel caliente, roja y seca; cambios en el estado de consciencia; pulso rápido y débil, y respiración poco profunda. Un baño frío en tina o con esponja puede ofrecer alivio y bajar la temperatura del cuerpo.

**Agotamiento por calor:** Si bien no es tan peligroso como el golpe de calor, el agotamiento por calor plantea inquietudes de salud y a menudo ocurre cuando las personas se ejercitan demasiado o trabajan en lugares calientes y húmedos, donde pierden fluidos corporales. Las señales incluyen piel fresca, húmeda, pálida o sonrojada; sudoración intensa; dolor de cabeza; náusea o vómitos; mareos y agotamiento. Si se presentan síntomas, retire a la persona del alcance del sol y aplique paños húmedos y fríos.

**Quemaduras solares:** La quemadura de sol disminuye la capacidad de la piel de enfriarse. Las señales incluyen enrojecimiento y dolor; en casos graves, pueden presentarse hinchazón de la piel, ampollas, fiebre y dolores de cabeza. Los ungüentos pueden aliviar el dolor en casos leves. Un médico debe ver los casos graves. Para

protegerse, utilice protector solar con un factor de protección (FPS) alto, de por lo menos 15. Siempre vuelva a aplicar bloqueador solar después de periodos de intensa sudoración o después de nadar.

**Calambres por calor:** Un esfuerzo intenso con frecuencia causa dolores y espasmos musculares. La pérdida de agua y sal por sudoración ocasiona calambres. Las señales son dolores abdominales y en los músculos de las piernas. Puede aliviarse presionando firmemente sobre los músculos acalambrados o haciendo suaves masajes para aliviar los calambres. Recuerde hidratarse a menudo mientras se ejercita o trabaja al aire libre.

**Sarpullido por calor:** Irritación de la piel que parece un grupo de granitos o pequeñas ampollas enrojecidas. Intente mover a la persona a un lugar fresco, mantenga seca el área afectada y haga que la persona use talco para aumentar el alivio.

### **Conservación de energía**

- Es más probable que ocurran cortes de energía durante climas calurosos, cuando el uso de los servicios públicos se encuentra en su pico. Para evitar una demanda excesiva sobre la red eléctrica, ahorre energía para ayudar a evitar interrupciones.
- Programe el termostato de su aire acondicionado a 78 grados Fahrenheit o más. Únicamente utilice el aire acondicionado cuando se encuentre en casa.
- Apague los aparatos que no sean esenciales, utilice únicamente aparatos que requieran una pesada carga eléctrica temprano en la mañana o muy tarde en la noche.

Para obtener más información, visite:

[www.health.ny.gov/environmental/emergency/weather/hot](http://www.health.ny.gov/environmental/emergency/weather/hot) o

[www.dhSES.ny.gov/oem/safety-info/publicsafety/heataware.cfm](http://www.dhSES.ny.gov/oem/safety-info/publicsafety/heataware.cfm). Para recibir alertas climatológicas de último minuto en su área, inscríbese hoy en forma gratuita en

[www.nyalert.gov](http://www.nyalert.gov).

###

Noticias adicionales en [www.governor.ny.gov](http://www.governor.ny.gov).

Estado de Nueva York | Cámara Ejecutiva | [press.office@exec.ny.gov](mailto:press.office@exec.ny.gov) | 518.474.8418