De publicación inmediata: 10/08/2020 **GOBERNADOR ANDREW M. CUOMO**

EL GOBERNADOR CUOMO INSTA A LOS NEOYORQUINOS A PREPARARSE PARA EL CALOR EXTREMO DE ESTA SEMANA

Las altas temperaturas y el aumento de la humedad pueden ser peligrosos para las poblaciones en riesgo, como las personas de edad avanzada o los niños pequeños

El Departamento de Servicios Públicos monitoreará de cerca las condiciones del sistema eléctrico y las operaciones de respuesta de las empresas de servicios públicos

Las playas y las piscinas estatales permanecen abiertas con los requisitos de reducción de densidad vigentes

El gobernador Andrew M. Cuomo instó hoy a los neoyorquinos de todo el Estado a tomar precauciones, ya que se espera calor potencialmente peligroso en gran parte del estado a partir del lunes 10 de agosto y hasta el miércoles 12 de agosto. Se esperan valores del índice de calor que varíen entre los 90 y 100 grados en la ciudad de Nueva York, Long Island, Mid-Hudson y en las regiones capitales, así como en la región de Finger Lakes, la región sur y la región central de Nueva York. Los neoyorquinos deben estar atentos a los pronósticos meteorológicos a fin de mantenerse actualizados.

"Debido a que una nueva ola de calor extremo azotará Nueva York, insto a todos a tomar todas las precauciones necesarias para que ustedes y sus familias estén a salvo", **comentó el gobernador Cuomo**. "Este tipo de calor es más peligroso para los niños pequeños, las personas de edad avanzada y para las personas que sufren problemas respiratorios. Recomiendo a todos que limiten las actividades al aire libre y, si quieren refrescarse en las playas y las piscinas, recuerden usar mascarilla y respetar el distanciamiento social".

Para el lunes, se espera que las temperaturas oscilen entre los 80 y los 90 grados con posibilidad de tormentas eléctricas en todo el Estado, excepto para la ciudad de Nueva York y Long Island. Se pronostica que para el martes la temperatura será similar a la del lunes, antes de comenzar a refrescar un poco para el miércoles. Este período de clima caluroso resultará en un mayor riesgo de estrés por calor y enfermedades relacionadas con el calor. Las personas que son susceptibles a contraer enfermedades relacionadas con el calor entre las que se encuentran los niños, las personas de edad avanzada, aquellos que hacen ejercicio al aire libre, aquellos que deben trabajar en el exterior o aquellos que poseen enfermedades respiratorias, como

el asma, deben tomar las medidas necesarias para permanecer en ambientes frescos cuando aumente la temperatura.

El Servicio Meteorológico Nacional ya ha emitido varias advertencias sobre el calor que cubren la mayor parte del estado. Las alertas se emiten 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. Se espera que las alertas en Finger Lakes, la región sur y la región central de Nueva York cesen el lunes por la noche, mientras que se espera que las alertas para la región capital duren hasta el martes por la noche. Se espera que las alertas de calor para las áreas en la región sur de Mid-Hudson, la ciudad de Nueva York y Long Island sigan hasta el miércoles. Para obtener una lista completa de los informes de seguimiento, 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 Servicios Públicos (DPS, por sus siglas en inglés) 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. Si es necesario, el DPS activará el programa de reducción de picos de carga para todas las agencias del estado de Nueva York. Además, el Operador de Sistemas Independientes de Nueva York (NYISO, por sus siglas en inglés) activará su programa de demanda de respuesta ante emergencia voluntario para reducir la carga según sea necesario.

Las playas y las piscinas de los parques estatales también permanecen abiertas. Debido a la pandemia de COVID-19, se han puesto en marcha reducciones de densidad del 50% de la capacidad total. Antes de realizar un viaje, los visitantes potenciales deben consultar https://parks.ny.gov/ para conocer las alertas de capacidad y anuncios de cierre. Las actualizaciones del estado de los parques también están disponibles en la aplicación móvil gratuita del explorador de parques del estado de Nueva York gratuita para dispositivos iOS y Android. Para descargar la aplicación, visite: Google Play Store, NY State Parks Explorer App o Apple Store, NY State Parks Explorer App.

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 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:

Las siguientes personas están en mayor riesgo:

- Las personas de edad avanzada y los niños pequeños son los más afectados.
- Personas con sobrepeso/obesidad
- Personas que tomen ciertos medicamentos o drogas.

Esté preparado:

- Evite las actividades y el ejercicio extenuantes, especialmente durante las horas pico de sol, de 11 a. m. a 4 p. m.
- Los ejercicios y las actividades se deben hacer temprano en la mañana, entre las 4 a. m. y las 7 a. m.
- Beba mucha agua y bebidas sin cafeína.
- Manténgase alejado del sol y trate de refrescarse algunas horas en un edificio con aire acondicionado durante la parte más calurosa del día. 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 perjudicial y potencialmente mortal. 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.

Se insta a los neoyorquinos a que disminuyan su uso de energía eléctrica
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 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 fomenta a que las personas apliquen algunas de las siguientes medidas de ahorro de energía, las cuales son de bajo costo o sin costo:

- Cerrar persianas, ventanas y puertas en el lado de su casa que dé al sol para reducir la acumulación de calor solar.
- Apagar equipos de aire acondicionado, luces y otros aparatos cuando no esté en casa, y utilizar 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.
- Si va a comprar un equipo de aire acondicionado, asegúrese de que esté certificado con la norma ENERGY STAR. Los equipos de aire acondicionado certificados con la norma ENERGY STAR utilizan hasta un 25% menos energía que los modelos estándar.
- Los ventiladores pueden hacer que las habitaciones se sientan hasta 10 grados más frescas, y utilizan 80% menos de energía que los equipos de aire acondicionado.
- Fije la temperatura de su equipo de aire acondicionado en 78 grados 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 al aire libre 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 ofrece los siguientes consejos de seguridad.
Se recuerda a los navegantes que practiquen la navegación segura y responsable, que incluye:

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

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.

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.

###