

Para los próximos días se proyectan altas temperaturas

Claves ante el calor: fiscalizar piscinas, prevenir *shock* térmico y controlar aparición de insectos

Recomiendan mantener hidratación en base al agua, evitar exposición al sol y utilizar ropa ligera.

JUDITH HERRERA C.

Santiago vuelve a encender las alertas y por una nueva ola de calor por sobre los 35 °C. El escenario obliga a extremar cuidados, especialmente en frentes como el uso seguro de piscinas, la prevención de golpes de calor y el control de insectos que proliferan por el calor.

En esta época, el uso de piscinas se intensifica, especialmente en condominios. El seremi de Salud RM, Gonzalo Soto, describe sobre las exigencias que “la calidad del agua debe cumplir con las mismas que se le hacen a cualquier piscina de uso público: transparencia, la que se verifica monitoreando un disco negro en el centro de la piscina y los niveles adecuados de cloro libre residual, los que deben oscilar entre los 0,5 a 1,5 ppm (miligramos/litro), además del PH, el que debe estar entre 7,2 a 8,2”.

Destaca que estas piscinas “quedan eximidas de la obligación de contar con personal para la vigilancia y salvamento de bañistas, pero siempre que cuenten con un reglamento interno de higiene y seguridad”.

Luis Vallejos, presidente de la Asociación Gremial de Administradores de Condominios y Edificios de Chile, comenta que “deben tener un borde separado por un metro o más del área verde; si están muy cerca de orillas, tienden a perjudicar el uso del agua”.

Las temperaturas sobre los 35 °C elevan el riesgo de golpes de calor. Allan Mix, presidente



INFRACCIONES.— Durante 2025 se iniciaron 31 sumarios sanitarios a piscinas de uso público y 12 prohibiciones de funcionamiento.

de la Sociedad Chilena de Medicina de Urgencia, señala que “en los últimos días, han aumentado las consultas en urgencia por síntomas asociados al calor, aunque no se han reportado un número significativo de pacientes graves”.

El director del Programa de Especialidad en Medicina de Urgencia de la U. Diego Portales dice que “la deshidratación puede tener como consecuencia, sobre todo en adultos mayores y en lactantes, distintos síntomas dependiendo de su gravedad: partiendo desde el compromiso del estado general hasta llegar a compromisos mayores de conciencia y algunas fallas de órganos”, advierte.

La subsecretaria de Salud Pública, Andrea Albagli, detalla que un consejo “es vigilar la temperatura corporal y condición de niños y adultos mayo-

res, ya que frecuentemente estos grupos pueden deshidratarse con facilidad”.

Para prevenir, añade, se debe “beber líquidos, aun si no se siente sed y priorizar el consumo de agua”, junto con “limitar el tiempo de exposición al sol; usar elementos de protección social; usar ropa ligera, holgada, de colores claros y evitar telas sintéticas”.

Otro riesgo relacionado con las altas temperaturas es la aparición de insectos, ya que “las altas temperaturas favorecen su ciclo reproductivo y lleva a que busquen alimento”, señala Marcela Cárcamo, académica de la Facultad de Medicina de la Universidad de los Andes.

Apunta que “las medidas de prevención son hacer limpieza profunda y tener selladas grietas o lugares donde puedan aparecer estos insectos”.