

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Contacto:

Kerri S. Mabee

Portovóz

Sistema de Salud de la Universidad de Riverside

Tel: 951.467.7542 | Correo: k.mabee@ruhealth.org

Salud Pública: Ante la inminente ola de calor, vigile a las personas con mayor riesgo de sufrir enfermedades relacionadas con el calor

RIVERSIDE, California (22 de julio de 2026) – Con temperaturas que se espera alcancen los tres dígitos en varias zonas del condado de Riverside, funcionarios de Riverside University Health System – Public Health (RUHS-PH) exhortan a los residentes a tomar precauciones contra las enfermedades relacionadas con el calor, tanto para protegerse a sí mismos como a quienes son más vulnerables a las temperaturas extremas.

El Servicio Nacional de Meteorología (National Weather Service) ha emitido un [Aviso de Calor](#) para los valles del condado de Riverside, incluidas las ciudades de Corona, Riverside y Moreno Valley, vigente desde las 10 a. m. del miércoles hasta las 8 p. m. del lunes, debido a temperaturas máximas que podrían alcanzar los 108 grados Fahrenheit (42 °C). Asimismo, se emitió una [Advertencia de Calor Extremo](#) para el Valle de Coachella y el Paso de San Gorgonio, también desde las 10 a. m. del miércoles hasta las 8 p. m. del lunes, donde las temperaturas podrían llegar a los 118 grados Fahrenheit (48 °C).

"Las enfermedades relacionadas con el calor pueden afectar rápidamente a una persona, especialmente a quienes trabajan o hacen ejercicio al aire libre, así como a los niños y los adultos mayores," señaló la Dra. Shunling Tsang, Subdirectora de Salud Pública del Condado de Riverside. "La prevención comienza con la información. Conozca los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor y manténgase al pendiente de quienes tienen un mayor riesgo de sufrir complicaciones durante condiciones de calor extremo."

El golpe de calor ocurre cuando el cuerpo ya no puede controlar su temperatura. Las señales de advertencia incluyen confusión, pérdida del conocimiento, piel caliente y

seca (aunque en algunos casos la persona puede seguir sudando) y convulsiones. El golpe de calor constituye una emergencia médica y requiere atención inmediata.

El agotamiento por calor puede presentar síntomas como dolor de cabeza, náuseas, mareos, debilidad, sed, sudoración abundante e irritabilidad. Puede tratarse trasladándose a un lugar fresco y con sombra, quitándose la ropa innecesaria y bebiendo pequeños sorbos de agua fría. Si los síntomas empeoran o duran más de una hora, busque atención médica.

En 2025, el condado de Riverside registró 1,027 visitas a los departamentos de emergencia y 21 fallecimientos relacionados con enfermedades causadas por el calor, según el Panel de Enfermedades Relacionadas con el Calor de RUHS-PH, siendo agosto el mes con el mayor número de incidentes. En lo que va de 2026, se han registrado 732 visitas a salas de emergencia y tres fallecimientos relacionados con el calor. Las cifras semanales más altas de este año se presentaron durante las dos primeras semanas de julio.

Consejos de seguridad:

- Beba abundante agua, aunque no tenga sed.
- Use ropa ligera, de colores claros y holgada.
- Evite realizar actividades físicas intensas al aire libre; tome descansos y permanezca en la sombra.
- Mantenga a alguien cerca, especialmente si estará al aire libre durante un período prolongado.
- Revise el bienestar de los adultos mayores, los niños y las mascotas.
- Nunca deje a niños o mascotas dentro de un vehículo estacionado, ni siquiera por un corto tiempo.

Para protegerse del calor, los centros de enfriamiento con aire acondicionado administrados por [Community Action Partnership of Riverside County](#) están disponibles en todo el condado. Las bibliotecas, los centros comunitarios y los centros comerciales también son opciones para refrescarse temporalmente.

Para obtener más información, visite www.ruhealth.org/ruhs-public-health.

###

Acerca de Riverside University Health System – Public Health

Riverside University Health System – Public Health (RUHS-PH) es el departamento de salud pública del condado de Riverside. RUHS-PH ofrece una amplia gama de servicios y programas para promover y proteger la salud de todos los residentes y visitantes del condado, contribuyendo al bienestar de la comunidad. El sistema RUHS incluye el Centro Médico de 439 camas en Moreno Valley, California, 14 Centros Comunitarios de Salud distribuidos por todo el condado de Riverside y el departamento de Salud