Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)

Especialistas advierten de problemas cardiovasculares por exposición al calor

Recomiendan tomar precauciones, pues se espera que las temperaturas elevadas se mantengan hasta principios de junio

La exposición a las altas temperaturas que se registran en el Área Metropolitana de Guadalajara (AMG) podría provocar, entre los habitantes, la llamada “enfermedad de calor” o “golpe de calor”, que puede ir desde una deshidratación simple hasta problemas cardiovasculares y renales graves que requieren ayuda médica, afirmaron este miércoles en conferencia de prensa académicos de la Universidad de Guadalajara (UdeG).

El investigador del Instituto de Medio Ambiente y Comunidades Humanas, del Centro Universitario de Ciencias Biológicas y Agropecuarias (CUCBA), doctor Arturo Curiel Ballesteros, explicó que tener temperaturas mayores a los 36 grados centígrados genera un cambio en el flujo sanguíneo que podría provocar una mayor incidencia de infartos e infartos cerebrales.

“Si la temperatura corporal normal, de 36 o 37 grados, es mayor afuera, empiezan los problemas porque no hay capacidad de enfriamiento y el corazón regularmente tiene una sobrepresión, las arterias cambian su capacidad de flujo sanguíneo y eso hace que aumente el esfuerzo cardiaco”, afirmó.

Destacó que hay una mayor cantidad de decesos en hombres por enfermedades cardiovasculares en época de calor, y han detectado que cuando se presentan olas de calor incrementan de tres a 10 las muertes diarias en el AMG por este tipo de padecimientos, principalmente del corazón.

El profesor del Departamento de Clínicas Médicas, del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS), doctor Miguel Ángel Buenrostro, explicó que cuando el cuerpo está expuesto a elevadas temperaturas genera un mecanismo de defensa ante la deshidratación, que en la primera etapa produce salpullido, náuseas, cefalea intensa y vómito; este último puede progresar hasta generar debilidad y pérdida de la conciencia.

En este proceso se genera una reacción inflamatoria en todo el cuerpo que aumenta la irrigación sanguínea y sustancias que pueden desencadenar o empeorar enfermedades cardiovasculares, pulmonares, hepáticas, renales, e incluso trastornos mentales.

“La reacción inflamatoria eleva sustancias que nos avisan que tenemos que protegernos y favorecen la disipación del calor, dentro de lo posible. El corazón bombea alrededor de cinco litros por minuto normalmente, y el cuerpo agiliza la eliminación de exceso de calor corporal con este mecanismo de defensa que provoca un mayor bombeo de la sangre y con ello, diversas afectaciones en cascada”, explicó.

De esta manera, el cuerpo aumenta la presión arterial, disminuye la función renal, el hígado trabaja de manera alterada; que, aunque son las formas en que el cuerpo se defiende, también son perjudiciales.

Estas reacciones afectan en mayor medida a personas en sectores vulnerables como niños, adultos mayores, personas que trabajan al aire libre como personal del rubro de la construcción, policías o vendedores; además de pacientes con enfermedades crónicas que llevan un tratamiento farmacológico y, por último, a quienes tienen padecimientos cardiacos, hipertensión arterial o problemas renales.

Habrá al menos cuatro semanas calurosas más en el AMG

El Director del Instituto de Astronomía y Meteorología (IAM), del Centro Universitario de Ciencias Exactas e Ingenierías (CUCEI), doctor Hermes Ulises Ramírez Sánchez, detalló que, de acuerdo con mediciones climatológicas, se prevé un aumento de la temperatura entre 0.5 y 1.5 grados centígrados en las próximas semanas en el AMG.

Afirmó que en los últimos días se han presentado hasta 35 grados centígrados en la ciudad, pero las estimaciones indican que podrían llegar hasta los máximos históricos de 37 grados en las semanas restantes de mayo y la primera de junio, aunque esto dependerá de si se presenta algún fenómeno meteorológico en esas fechas.

Los especialistas recomendaron a la población tomar las siguientes precauciones para evitar un “golpe de calor”: hidratarse de forma adecuada, no exponerse al sol si no es necesario, mantenerse en lugares frescos, usar ropa fresca y manga larga si se va a estar bajo los rayos del sol, consumir vitamina C para fortalecer el sistema inmunológico, evitar la actividad al aire libre entre las doce del mediodía y las diecisiete horas, además de usar bloqueador solar y acudir al médico si llegan a tener algún malestar.

A t e n t a me n t e
"Piensa y Trabaja"
Guadalajara, Jalisco, 8 de mayo de 2019

Texto: Mariana González
Fotografía: Adriana González

Etiquetas:
Arturo Curiel Ballesteros [1]
Miguel Ángel Buenrostro [2]
Hermes Ulises Ramírez Sánchez [3]

URL Fuente:
https://comsoc.udg.mx/noticia/especialistas-advierten-de-problemas-cardiovasculares-por-exposicion-al-calor

Links
[1] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/arturo-curiel-ballesteros
[2] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/miguel-angel-buenrostro
[3] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/hermes-ulises-ramirez-sanchez