



HOJA INFORMATIVA

Cuidado de pacientes vulnerables durante una ola de calor

Hablar con los pacientes durante las visitas de rutina respecto de cómo pueden prevenir enfermedades por calor puede contribuir considerablemente a evitar tales enfermedades. Pasos simples pueden marcar una gran diferencia, especialmente en el caso de pacientes de alto riesgo. Estos pasos incluyen recomendar a los pacientes a que:

- Manténgase fresco.
- Manténgase hidratado.
- Manténgase informado.

A continuación se incluyen algunos pasos simples que puede dar para ayudar a los pacientes de alto riesgo:

- Ayude a los pacientes a identificar lugares públicos con aire acondicionado a los que puedan acudir cuando sus viviendas se tornen demasiado calurosas.
- Indique a los pacientes que no deben confiar en los ventiladores para mantenerse frescos cuando las temperaturas superen los 90 °F.
- Asegúrese de que los pacientes sepan que deben beber agua antes de tener sed. Ofrezca pautas adicionales si los medicamentos o su afección tendrán un efecto en la forma en que se mantienen hidratados.
- Informe a los pacientes del almacenamiento adecuado de los medicamentos, especialmente en el caso de los medicamentos sensibles a las variaciones de temperatura.
- Infórmeles acerca de los signos de advertencia de la insolación, el agotamiento por calor o las complicaciones de enfermedades crónicas que pueden desencadenarse a raíz del calor extremo. Esto ayuda a los pacientes a reconocer cuándo se encuentran en problemas y a obtener ayuda si la necesitan.
- Indique a los pacientes que pidan a alguien que esté pendiente de ellos. Recomiéndeles que informen a la persona sus necesidades de salud.

Si bien las enfermedades por calor pueden golpear a cualquiera que se encuentre en las circunstancias incorrectas, algunas personas corren un mayor riesgo. Las siguientes personas tienen mayores probabilidades de enfermarse en situaciones de calor extremo: los niños pequeños, los adultos de 65 años en adelante, los deportistas y las personas con enfermedades crónicas o que tengan sobrepeso, trabajen al aire libre o tengan bajos ingresos.

Condiciones que hacen que las personas corran un mayor riesgo durante olas de calor

Enfermedad crónica	Enfermedad cardíaca, hipertensión arterial, diabetes, cáncer o enfermedades renales, consumo de alcohol y otras sustancias, enfermedades mentales
Afecciones que impiden la sudoración	Enfermedad cardíaca, deshidratación, edades extremas, trastornos cutáneos (lo cual incluye quemaduras de sol, sudamina, cicatrices y quemaduras excesivas), imposibilidad congénita para sudar, fibrosis quística, enfermedad de Parkinson, cuadriplejía, escleroderma, personas que usan medicamentos con efectos anticolinérgicos. Enfermedad aguda
Actividades de la vida cotidiana alteradas	Movilidad deficiente, discapacidad cognitiva
Factores sociales	Vivir solos o estar socialmente aislados, baja condición socioeconómica, falta de vivienda
Ocupación/recreación	Ejercitarse enérgicamente en el calor o bien trabajar en un entorno recreativo caluroso

Fuente: Gobierno del Estado de Victoria, Australia, 2010

Los medicamentos y las olas de calor

Algunos medicamentos pueden aumentar el riesgo de enfermedades por calor o pueden resultar menos eficaces o más tóxicos cuando se los expone a altas temperaturas. La planificación del cuidado de pacientes vulnerables durante condiciones climáticas calurosas incluye la consulta a un proveedor de atención médica o un farmacéutico acerca del uso y el almacenamiento de medicamentos.

Mecanismos para los medicamentos que aumentan el riesgo de enfermedades por calor	
Vasodilatación reducida	Betabloqueadores
Menor sudoración	Anticolinérgicos, por ejemplo, antidepresivos tricíclicos y benzotropina, betabloqueadores, antihistamínicos, fenotiazinas
Mayor producción de calor	Fármacos antipsicóticos, p. ej., risperidona, olanzapina Estimulantes, por ejemplo, anfetaminas, cocaína
Menor sensación de sed	Butirofenonas, por ejemplo, haloperidol y droperidol Inhibidores de la enzima convertidora de la angiotensina (ECA)
Deshidratación	Diuréticos, alcohol
Agravamiento de la enfermedad por calor mediante el empeoramiento de la hipotensión en pacientes vulnerables	Vasodilatadores, por ejemplo, nitratos, bloqueadores del canal de calcio, otros antihipertensivos
Mayor toxicidad en el caso de los fármacos con un índice terapéutico reducido en la deshidratación	Digoxina, litio, warfarina

Fuente: Gobierno del Estado de Victoria, Australia, 2010

¿Su consultorio está preparado para una ola de calor?

- Ofrezca una sala de espera fresca y cierre las persianas para bloquear el sol. Elabore un plan de respuesta en caso de que se interrumpa la energía.
- Asegúrese de que haya agua potable para los pacientes y el personal. Ofrezca recesos adicionales para consumir agua según necesite el personal.
- Dé seguimiento al pronóstico del tiempo y a las noticias locales para prever olas de calor. Infórmese acerca de los refugios abiertos con aire acondicionado.
- Sepa qué pacientes son más vulnerables. Infórmeles los riesgos específicos, las medidas que deben tomar para protegerse y cómo encontrar refugios con aire acondicionado.
- Asegúrese de que el personal esté informado sobre los primeros auxilios para las enfermedades por calor.



DIVISIÓN DE SALUD PÚBLICA
Programa de seguridad sanitaria,
preparación y respuesta
Teléfono: 971-673-1315

Fax: 971-673-1309

Sitio web de la OHA: <https://public.health.oregon.gov/Preparedness/Prepare/Pages/PrepareforExtremeHeat.aspx>

Facebook de la OHA: www.facebook.com/OregonHealthAuthority

Twitter de la OHA: www.twitter.com/OHAOregon

Puede recibir este documento en otros idiomas, en letra grande, en braille o en el formato que prefiera. Comuníquese con el Programa de seguridad sanitaria, preparación y respuesta llamando al 971-673-1315 o enviando un mensaje de correo electrónico a health.security@state.or.us. Aceptamos todas las llamadas por retransmisión o puede marcar 711.