

# Ola de frío: las recomendaciones de la Cruz Roja para enfrentar el fin de semana gélido

13/06/2026



Los principales pronósticos meteorológicos coinciden en que este sábado será la jornada más fría del fin de semana largo en San Rafael y gran parte del sur mendocino. El Servicio Meteorológico Nacional y Contingencias Climáticas anticipan una jornada con cielo mayormente nublado, viento del sur y temperaturas máximas que apenas oscilarán entre los 9°C y los 12°C.

Si bien para el domingo se espera una mejora gradual de las condiciones, con mayor presencia de sol, las temperaturas mínimas continuarán siendo muy bajas y podrían acercarse a los

0°C durante las primeras horas del lunes.

Ante este escenario, la Cruz Roja Argentina difundió una serie de recomendaciones para prevenir riesgos asociados a las bajas temperaturas y afrontar de manera segura una eventual ola de frío.



Entre las principales medidas preventivas, la entidad aconseja definir previamente un plan de emergencia familiar, repasar conocimientos básicos de primeros auxilios y preparar una mochila de emergencias con elementos esenciales.

Asimismo, recomienda utilizar vestimenta adecuada para bajas temperaturas, preferentemente en capas y con ropa holgada que permita generar aislamiento térmico. También se aconseja proteger especialmente la cabeza, el rostro y las extremidades, así como consumir líquidos calientes para ayudar a mantener la temperatura corporal.

## **REVISAR LOS ARTEFACTOS**

En relación con la calefacción de los hogares, la Cruz Roja recordó la importancia de mantener los ambientes ventilados para evitar la acumulación de monóxido de carbono. También

señaló que las llamas de los artefactos a gas deben ser siempre azules y uniformes, ya que una coloración amarilla o anaranjada puede indicar un funcionamiento deficiente.



Entre las advertencias más importantes figura evitar el uso de hornos y hornallas para calefaccionar ambientes y no dejar encendidos durante toda la noche calefactores a leña u otros sistemas similares.

Para quienes deban salir o viajar, la institución recomienda consultar previamente el estado de rutas y las condiciones meteorológicas, revisar el estado general del vehículo y, en zonas donde puedan registrarse nevadas, conocer el uso correcto de cadenas para ruedas y mantenerse atentos a los alertas oficiales.

Finalmente, la Cruz Roja pidió seguir la información emitida por organismos oficiales y autoridades locales, especialmente ante posibles cambios en las condiciones climáticas durante los próximos días.

Con temperaturas propias del invierno más riguroso, la prevención vuelve a ser una herramienta clave para evitar accidentes y cuidar la salud de toda la familia.