

Sin tregua: Mendoza sigue en alerta roja por temperaturas extremas

05/02/2024



El Servicio Meteorológico Nacional (SMN) emitió una **alerta roja por temperaturas extremas para Mendoza**, donde la máxima llegará este lunes a los 39 grados.

Asimismo, el pronóstico de la **Dirección de Contingencias Climáticas** destaca: *“Muy caluroso con nubosidad variable y tormentas aisladas hacia la noche”*. En tal sentido, *“no se descarta algún núcleo con probabilidades de caída de granizo”*.

En tanto, para este **martes** se aguarda una jornada *“muy calurosa e inestable con nubosidad variable”* y *“tormentas hacia la noche”*. La temperatura oscilará entre los 24 y los **40 grados**.

El **miércoles** llegará un leve descenso de la temperatura (la máxima llegará a **36 grados**). *“Caluroso con nubosidad variable, vientos moderados del sudeste”*, marca el pronóstico.

Qué significa el “alerta roja”

El alerta roja implica temperaturas que “pueden afectar a todas las personas, incluso a las saludables”. Frente a este fenómeno, el Ministerio de Salud recomienda aumentar el consumo de agua sin esperar a tener sed para mantener una hidratación adecuada; no exponerse al sol en exceso, ni en horas centrales del día (entre las 10 y las 16 horas); y prestar atención a los bebés, niños y niñas y a las personas mayores.

Además, evitar las bebidas con cafeína, con alcohol o muy azucaradas, evitar comidas muy abundantes, ingerir verduras y frutas, reducir la actividad física, usar ropa ligera, holgada y de colores claros; sombrero, anteojos oscuros.

Permanecer en espacios ventilados o acondicionados, y recordar que no existe un tratamiento farmacológico contra el golpe de calor y sólo los métodos clásicos, citados arriba, pueden prevenirlo y contrarrestarlo.

Fuente: El Sol