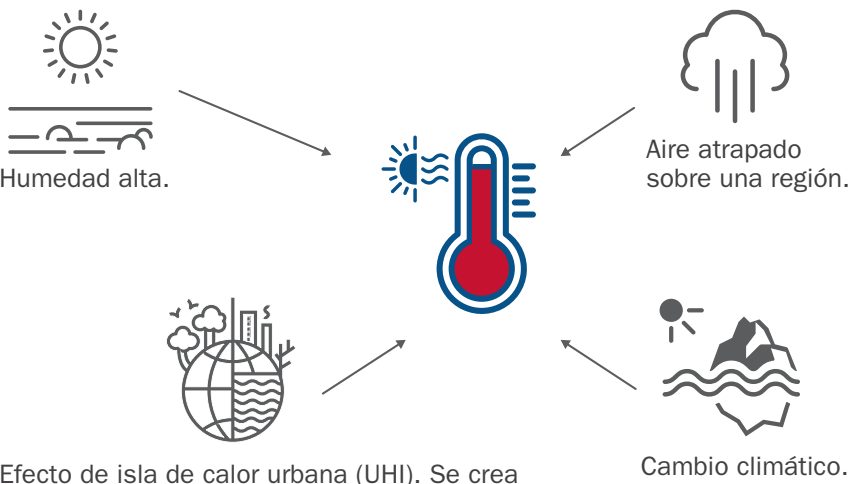


CALOR EXTREMO

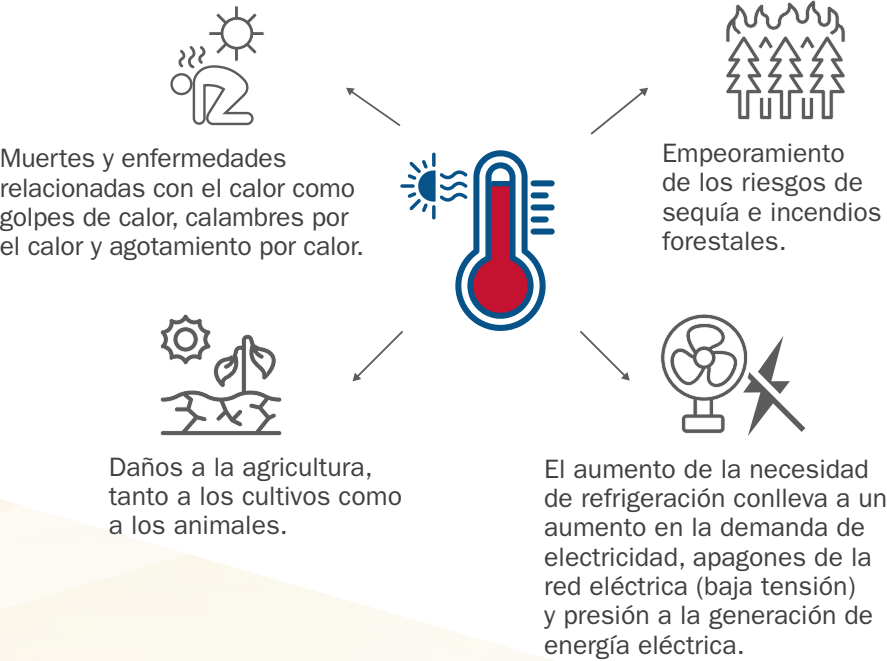
Un período de humedad alta y temperaturas superiores a los 90 °F durante al menos 2 o 3 días. Dentro de los peligros de los fenómenos meteorológicos, el calor extremo es responsable de la mayoría de las muertes cada año y afecta de manera desproporcionada a las personas mayores, a los niños y a las personas con discapacidades.

CAUSAS



Efecto de isla de calor urbana (UHI). Se crea cuando las ciudades tienen temperaturas más altas que las áreas periféricas, debido a que las estructuras, los caminos y los materiales duros absorben y retienen calor más que los entornos naturales.

IMPACTOS



Cómo puedo reducir mi riesgo

Prepárese para los días calurosos:

- Conozca los signos de los calambres por el calor, agotamiento por calor y golpe de calor.
- Obedezca las advertencias locales cuando esté caluroso.
- Compruebe el estado de sus amigos, familiares y vecinos.

Invierta en mejoras en la propiedad que reduzcan los riesgos de calor:

- Instale techos verdes y altamente reflectantes para reducir la absorción de calor.
- Considere instalar bombas de calor subterráneas (geotérmicas). Pueden aumentar la eficacia del aire acondicionado con un costo mucho menor y una menor demanda de energía que el aire acondicionado tradicional.
- Plante vegetación o árboles en su propiedad para reducir la absorción de calor, aumentar la sombra y retener la humedad.

- Instale un generador para asegurarse de que el sistema de refrigeración pueda seguir funcionando durante eventos extremos.
- NOTA:** utilice generadores para exteriores solamente y haga el mantenimiento de sus detectores de humo y monóxido de carbono.

¿Cómo pueden reducir mi riesgo los funcionarios locales?

- Haciendo cumplir los límites de los materiales duros azules y negros, como los estacionamientos y los techos para reducir los efectos de isla de calor urbana.
- Reduciendo el uso de energía en los edificios gubernamentales no esenciales para reducir los riesgos de apagones durante el horario de máxima demanda.
- Plantando más vegetación en la comunidad para refrescar y aumentar la sombra.

- Usando la planificación del uso de la tierra y desarrollando estándares para reducir las superficies que atrapan el calor, especialmente el asfalto.
- Conservando los espacios abiertos para contrarrestar el calor extremo.
- Planificando los edificios gubernamentales y las carreteras en función de la sombra y la exposición al sol. Usando o exigiendo el uso de pavimento, paredes y techos fríos puede reducir los riesgos de calor.

Recursos adicionales

- Ready.gov
www.ready.gov/heat
- Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades)
www.cdc.gov/climateandhealth/pubs/extreme-heat-guidebook.pdf
- Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos
www.epa.gov/heatislands/adapting-heat
- Comuníquese con su departamento de administración de emergencias local o estatal para obtener más información sobre cómo protegerse del calor extremo.