



PREVENCIÓN.

- Toma mucha agua y come frutas y verduras frescas.
- Usa ropa clara y ligera.
- Si estas expuesto al calor y al sol y tienes dolor de cabeza, mareos y náusea, acude pronto a un médico para toma de temperatura, no esperes a sentirte peor.
- Si tienes temperatura alta no te expongas al sol y ponte en un lugar fresco y aplicate paños fríos o hielo en axilas abdomen, cuello y cabeza y acude a la brevedad al servicio médico.



Sostenibilidad

Oficinas Parque Industrial.
Dirección: Calle 60 diag. No. 493, 97300 Mérida, Yucatán.
Teléfono: +529999302680 ext. 1336
Correo: sostenibilidad@bepensa.com

GOLPE DE CALOR.

- ¿Qué es un golpe de calor?
- ¿Cómo tratarlo?
- Factores de riesgo.
- Datos de alarma.
- Prevención.

¿QUÉ ES?

Se considera golpe de calor cuando la temperatura corporal rebasa los 40° C

La enfermedad suele afectar a dos grupos de población, por un lado individuos sanos que realizan ejercicio físico intenso (golpe de calor por esfuerzo), y por otro lado, a ancianos o enfermos (golpe de calor clásico).

El tratamiento se basa en el enfriamiento inmediato (menos de 2 horas), y el apoyo a órganos y sistemas

SÍNTOMAS.

- Delirio.
- Broncoaspiración.
- Náuseas.
- Vómitos.
- Crisis epilépticas (Convulsiones).
- Alteraciones sutiles del comportamiento.
- Cefalea (Dolor de cabeza).

DATOS DE ALARMA.

- Afectación del estado neurológico (Confusión, letargo, coma).
- Convulsiones.
- Existencia de otras enfermedades concomitantes.



CAUSAS

AUMENTO DE LA PRODUCCIÓN DE CALOR

- Ejercicio físico
 - Fiebre
- Tirotoxicosis
- Metabólicas
- Drogas

DISMINUCIÓN DE LA PÉRDIDA DE CALOR

- Aumento de la temperatura ambiental
- Ambientes húmedos
- Deshidratación
- Drogas
- Disminución de la capacidad de sudar (enfermedades de la piel o fármacos)

ALTERACIÓN DE LOS MECANISMOS MODERADORES

- Discapacitados físicos
- Disminuidos psíquico

INFORMACIÓN ADICIONAL

SE BUSCA UN ENFRIAMIENTO INMEDIATO Y MANTENER LOS SISTEMAS Y ÓRGANOS. ES VITAL ENFRIAR CUANTO ANTES, SI SE TARDA MÁS DE DOS HORAS, LA MORTALIDAD SE SITÚA EN EL 70 POR CIENTO.

SE COMIENZA LLEVANDO AL PACIENTE A UN LUGAR MÁS FRÍO DESNUDÁNDOLO Y MOJÁNDOLE LA PIEL (EL TRASLADO SE REALIZARÁ CON LAS VENTANILLAS DEL TRANSPORTE BAJADAS, SALVO SI SE HACE EN HELICÓPTERO). EL OBJETIVO ES LLEGAR A LOS 39° C DE TEMPERATURA CORPORAL, Y CUANDO SE LLEGUE AL HOSPITAL CONTINUAR EN LA UNIDAD DE

CUIDADOS INTENSIVOS CON SOPORTE A LOS ÓRGANOS.

Bepensa

