NOTA DE PRENSA

SAMIUC RECUERDA CÓMO DETECTAR LOS SÍNTOMAS DE UN GOLPE DE CALOR Y CÓMO ACTUAR RÁPIDAMENTE, CLAVE PARA SALVAR LA VIDA.

- **El golpe de calor constituye la forma más grave de enfermedad por calor, afectando su forma pasiva a pacientes con patología previa y puede requerir ingreso en la Unidad de Cuidados Intensivos.**

- **Si no se trata a tiempo puede tener consecuencias graves como daño cerebral, insuficiencia orgánica, parada casrdiorrespiratoria e incluso la muerte.**

- **La Sociedad Andaluza de Medicina Intensiva y Unidades Coronarias (SAMIUC) recuerda que su detección rápida puede salvar la vida y que puede prevenirse si actuamos con responsabilidad y rapidez.**

- **En estos casos hay que llamar a emergencias rápidamente, llevar a la persona afectada a un lugar fresco y ventilado, retirarle la ropa, aplicar compresas frías o agua en el cuerpo, y ofrecer líquidos frescos solo si está consciente y puede tragar.**

-23 de junio de 2025.- Los golpes de calor se están convirtiendo en un verdadero problema de salud pública en países como España, donde las temperaturas en verano son cada vez más intensas y frecuentes. Solo durante el pasado año 2024, el sistema de monitorización de mortalidad diaria por todas las causas (MoMo) atribuyó 1.386 muertes al exceso de calor de manera oficial en España; de ellas, 145 fallecimientos por esta causa se registraron en Andalucía, entre los meses de julio y agosto.

Ante la llegada en verano de las olas de calor a Andalucía y el riesgo que suponen, los especialistas de la **Sociedad Andaluza de Medicina Intensiva y Unidades Coronarias (SAMIUC),** lanzan un mensaje de advertencia y de prudencia, ya que un golpe de calor puede poner en riesgo la vida en pocos minutos, pudiendo requerir el ingreso en la UCI. “El golpe de calor es una urgencia médica, puede poner en riesgo nuestra vida en

pocos minutos. Pero puede prevenirse si actuamos con responsabilidad y su detección rápida puede salvar la vida", señala la vocal de SAMIUC por la provincia de Jaén, **Tania Amat Serna.**

El golpe de calor ocurre cuando el cuerpo se sobrecalienta por una exposición prolongada al sol o al calor extremo. Nuestro cuerpo pierde la capacidad de regular la temperatura, por lo que la temperatura corporal puede elevarse por encima de los 40 grados, provocando daño cerebral, fallo de órganos, problemas cardiacos e incluso la muerte.

"Algunos de los síntomas que produce son mareo, confusión, debilidad, piel muy caliente y enrojecida, dolor de cabeza, náuseas, vómitos, visión borrosa, el pulso acelerado, convulsiones o incluso pérdida del nivel de conciencia", explica la intensivista en el Hospital Cuidad de Jaén.

La población de riesgo sobre todo son niños, ancianos, mujeres embarazadas, personas con enfermedades crónicas, trabajadores con exposición prolongada al sol y deportistas sin hidratación adecuada. "Cuando sospechemos que está ocurriendo un golpe de calor, a nosotros o a alguien que tengamos cerca, debemos de llevar a la persona a un lugar fresco y ventilado, retirarle la ropa y aplicar compresas frías o agua en el cuerpo, no dar agua si la persona está mareada o inconsciente y llamar a emergencias".

Si la persona pierde el conocimiento y no responde, se debe iniciar la reanimación cardiopulmonar (RCP), al tiempo que se espera la llegada de los servicios de emergencia.

¿Cómo podemos prevenirlo?

"Durante las olas de calor debemos usar ropa ligera, mantener una hidratación constante bebiendo líquido con frecuencia, evitar la exposición directa al sol entre las once de la mañana y las cuatro de la tarde y no dejar nunca a niños ni mascotas en vehículos cerrados", recuerda la especialista de SAMIUC.

También es aconsejable consumir comidas ligeras y frescas, como frutas y verduras, ya que esto ayuda a mantener el cuerpo hidratado y evitar el sobrecalentamiento.

Para más información y entrevistas:

Gabinete de comunicación de la Sociedad Andaluza de Medicina Intensiva y Unidades Coronarias: Marta Franco (95 462 27 27 / 655 670 508)