



Guía de preparación para calor extremo

Para personal administrativo

Este documento ofrece orientación para ayudar a establecimientos de salud a desarrollar políticas, procedimientos y protocolos para garantizar que sus instalaciones estén preparadas para eventos de calor extremo. Incluye también acciones recomendadas para tres períodos principales: resiliencia de las instalaciones a largo plazo, acciones durante todo el año y acciones al inicio de la temporada de calor.

La guía cubre áreas clave como asignación de funciones de preparación para el calor, mejora de la infraestructura de las instalaciones, implementación de programas de mantenimiento, preparación de pacientes de alto riesgo, desarrollo de planes de comunicación, garantía de la seguridad del personal y coordinación con socios comunitarios. Si bien posiblemente no todos los pasos resulten factibles para todo contexto clínico, deben priorizarse en función de las necesidades, la capacidad y los recursos específicos de cada establecimiento de salud. Si desea conocer las acciones recomendadas que se deben tomar cuando se pronostica o se produce calor extremo, consulte el documento [Guía y lista de verificación de respuesta ante calor extremo](#).

La Persona Responsable de Resiliencia Climática del establecimiento de salud debe encabezar las actividades con el apoyo del personal directivo.

Una preparación exhaustiva permite reducir los riesgos y optimizar la capacidad de mantener fuera de peligro a personal y pacientes durante los eventos de calor extremo.

Resiliencia a largo plazo de la infraestructura

- **Con el apoyo de la directiva de la clínica, formar un comité** que supervise el desarrollo y la implementación de políticas para mejorar las instalaciones y planificación de ante emergencias por clima extremo.
- **Determinar programas de mantenimiento** y asignar funciones al personal que inspeccionará los equipos de importancia crítica y la tecnología de enfriamiento como parte de la descripción de su puesto.
- **Sembrar árboles** en la propiedad para tener áreas sombreadas y lograr enfriamiento por evaporación. Considerar los riesgos de incendios forestales y seguir las directrices de FireWise.
- **Instalar estructuras que produzcan sombra** en pasarelas de mucho tráfico y evitar la entrada de luz solar directa a través de ventanas orientadas al sur.
- **Enfriamiento por evaporación:** Considerar la opción de instalar sistemas de nebulización en áreas de mucho tráfico, que se puedan encender durante calor extremo.
- **Usar menos tiempo o reemplazar equipos no esenciales que generen calor.**
- Consultar [Preparación y respuesta ante cortes de suministro eléctrico en centros de salud](#).
- Reemplazar el concreto/pavimento deteriorado y las superficies oscuras con **“pavimento frío”** o **“pinturas frías”** que pueden reducir la absorción de calor.
- Instalar ventiladores en el ático o los pisos superiores para extraer el aire caliente al exterior.

Preparación a lo largo de todo el año

Actividades de la persona responsable de resiliencia en climas extremos



Marca de cotejo	Tarea	Persona responsable
✓	Registrarse para recibir alertas de emergencia inalámbricas para su ubicación de parte del sistema de notificación del gobierno local (por ejemplo, la oficina de manejo de emergencias o de salud pública local, compañía de luz local) y estar pendiente de HeatRisk. Además, la herramienta Heat Safety Tool de OSHA/NIOSH proporciona información valiosa para la seguridad del personal en temperaturas elevadas.	Persona responsable de resiliencia climática
✓	Abrir las rejillas de ventilación temprano en la mañana y al anochecer (cuando las temperaturas son generalmente más frescas) para ventilar mejor las áreas de mucho tráfico. Abrir ventanas y persianas si la temperatura exterior es más fría que la del interior del edificio.	Persona responsable de resiliencia climática
✓	Asegurar que los termostatos funcionan correctamente y miden con precisión la temperatura dentro de la clínica. Si no hay termostatos para medir la temperatura del aire interior, adquirir al menos un termómetro móvil para ese fin.	Persona responsable de resiliencia climática
✓	Asegurar que las tiras aislantes (buletetes) de puertas y ventanas estén en buen estado.	Persona responsable de resiliencia climática
✓	Verificar que los ductos de ventilación tengan aislamiento adecuado. De no tenerlo, considerar la posibilidad de instalarlo para mejorar la eficiencia de enfriamiento.	Persona responsable de resiliencia climática
✓	Si la clínica utiliza unidades de aire acondicionado de ventana, asegurar que se encuentren selladas adecuadamente para que el calor no penetre y el interior se mantenga fresco. (No se deben usar ventiladores como dispositivo principal de enfriamiento porque producen flujos de aire y una falsa sensación de comodidad sin reducir realmente la temperatura corporal y por ende, no evitan enfermedades derivadas del calor).	Persona responsable de resiliencia climática
✓	Cubrir las ventanas con cortinas o persianas. De ser posible, cubrir los vidrios con una película reflectante diseñada específicamente para reflejar el calor hacia el exterior.	Persona responsable de resiliencia climática
✓	Consultar la Guía y lista de verificación de respuesta ante calor extremo para conocer otros pasos para preparar el establecimiento de salud y mitigar los impactos del calor extremo.	Persona responsable de resiliencia climática
✓	Las actividades de planificación para eventos de calor incluyen la evaluación del establecimiento de salud.	Persona responsable de resiliencia climática
✓	Consultar con el Preparación y respuesta ante cortes de suministro eléctrico en centros de salud para garantizar que no se interrumpa el suministro de energía durante eventos de calor extremo.	

Actividades de la persona responsable de resiliencia en climas extremos

Marca de cotejo	Tarea	Persona responsable
✓	<p>Identificar a pacientes de alto riesgo y marcar sus expedientes. Si no se cuenta con un sistema de registros, crear una lista de pacientes e información relevante. Recopilar los datos de contacto de sus familiares o personas que les cuidan para que le monitoreen en caso de calor extremo.</p>	

Algunos factores importantes aumentan la susceptibilidad de sus pacientes a los efectos negativos del calor en la salud, entre ellos:

- La edad: en especial, menores de 5 años y personas mayores de 65 años.
- El embarazo
- Problemas médicos crónicos (p. ej.: diabetes, enfermedades cardíacas, enfermedad renal crónica, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC))
- El trabajo al aire libre y/o trabajos manuales
- El nivel socioeconómico: bajos ingresos, vivir en asentamientos informales, vecindario de bajos ingresos o no tener hogar.
- El aislamiento social (p. ej., las personas de edad avanzada que no viven con nadie)
- Los obstáculos relacionados con el transporte
- La falta de tecnología de enfriamiento: ventiladores, aire acondicionado, bombas de calor, etcétera.

Consulte con su departamento de salud local o con la oficina de sostenibilidad de la ciudad para ver si disponen de mapas de vulnerabilidad al calor. Los mapas le pueden ayudar a conocer el nivel de vulnerabilidad de sus pacientes en función del lugar donde viven.

Elabore un plan de comunicación en eventos de calor para pacientes en riesgo

- Mediante un establecimiento de salud o un miembro de su familia, evaluar diariamente a pacientes de alto riesgo en lo que coresponda a:
 - El uso de tecnología de enfriamiento (recuerde a sus pacientes que la temperatura adecuada es 76° F / 24.4° C)
 - Signos de enfermedades relacionadas con el calor
 - Mareos, confusión, náuseas o vómito: solicitar ayuda si presentan dichos signos
 - Ingesta adecuada de agua
 - Ropa adecuada: holgada y de color claro
- Consulte **Plan de acción y hoja de sugerencias ante eventos de calor** de esta caja de herramientas para conocer otras medidas de prevención de enfermedades derivadas del calor que se deben fomentar y dar a conocer.
- Consulte el documento de **Plantillas de comunicación en casos de calor extremo** donde encontrará un borrador del texto que se va a utilizar.
- Pacientes y personal en su totalidad deben enlazarse a los mensajes oficiales del gobierno sobre olas de calor.

- **Integre las emergencias por eventos de calor a su plan existente de comunicaciones de emergencia para pacientes.** De no contar con dicho plan, consulte **Plantillas de comunicación en casos de calor extremo**.

Colaboraciones y preparativos

- Hable con el personal sobre los preparativos para olas de calor a finales de invierno o principios de la primavera.
 - Considere la posibilidad de tener debates o ejercicios teóricos sobre distintos escenarios con la participación de personal de todo nivel.
 - Asegúrese de que el personal sepa cómo protegerse individualmente y a sus familias de las enfermedades relacionadas con el calor e imparta capacitación como corresponda.
 - Informar de cualquier posible cambio en funciones y responsabilidades como resultado de un evento de calor extremo. Posiblemente los cambios ya se han descrito en el plan de emergencia de la clínica.
- Prepárese para los cortes energía (apagones): Consulte **Preparación y respuesta ante cortes de suministro eléctrico en centros de salud** para obtener información adicional al respecto.
- Establezca contacto con organizaciones comunitarias, gobierno o proveedores de servicios locales que puedan apoyar a la clínica o a sus pacientes durante eventos de calor extremo.
- Enlázese con el departamento de salud local para asegurarse de que la clínica forme parte de todas las listas de mensajes importantes para comunicados sobre el calor.
- Trabaje con establecimientos de salud cercanos para identificar a dónde reubicar al personal en caso de cierre de las instalaciones o evacuación durante un evento de calor extremo. Tales relaciones pueden ser útiles incluso cuando no haya eventos de calor extremo.
- Considere los protocolos y procedimientos de seguridad ocupacional. Asegúrese de que el personal tenga descansos adecuados y acceso a agua. Instalar termómetros ambientales ayudará al personal a monitorear las condiciones de trabajo.

Comienzo de la temporada de calor

- Revisar, limpiar, dar mantenimiento y/o reparar equipos relevantes:
 - Acondicionadores de aire o sistemas de bomba de calor
 - Ventiladores
 - Persianas
 - Deshumidificadores
 - Refrigeradores, congeladores y otros equipos de almacenamiento en frío
 - Aislamiento de la estructura
 - Generadores u otros sistemas de energía alternos
- Identificar equipos no esenciales que se pueden apagar durante calor extremo para conservar electricidad y reducir la generación de calor.
- Asegurarse de tener actualizada la información para comunicarse con los socios, incluidos proveedores de servicios locales, organizaciones comunitarias, compañías de servicios públicos, oficinas locales de manejo de emergencias, entre otros.
- Asegurar que los generadores de emergencia o las baterías de almacenamiento estén conectados a unidades de refrigeración para mantenerlos en funcionamiento durante los apagones.
- Revisar los materiales de la caja de herramientas con proveedores y personal. Asegurarse de que sus proveedores están preparados para usar y distribuir los materiales.

Revisar los planes de avería de los equipos e identificar los umbrales para acciones específicas.

- Ejemplo: Si falla el aire acondicionado y las temperaturas interiores superan los 80 °F, puede cerrar el centro para proteger la salud del personal y de los pacientes.
- Esto debe incluir el almacenamiento de reserva para equipos sensibles a la temperatura, productos farmacéuticos, vacunas, etc.

Considere la posibilidad de instalar lo siguiente para reducir las temperaturas interiores:

- Persianas, contraventanas de lamas, películas UV para ventanas, reflectores o persianas para reducir la luz solar directa en el interior de las instalaciones.
- Ventanas con doble cristal para favorecer para mejorar las características aislantes.
- “Refrescar los techos” pintándolos con pintura blanca o material reflectante.
- Pintar o sombrear las superficies de hormigón que reciben luz solar directa puede reducir las temperaturas nocturnas.

Considere la posibilidad de adquirir bolsas corporales para ayudar a enfriar rápidamente a los pacientes que sufran un golpe de calor agudo. Las bolsas pueden llenarse de hielo, contener líquidos y reutilizarse, según sea necesario.

- Invitar o exigir a sus proveedores que:
 - Actualicen los listados de contactos familiares o personas cuidadoras que puedan comprobar que pacientes de alto riesgo estén bien durante eventos de calor extremo.
 - Aconsejen a pacientes con equipos médicos eléctricos que se registren en el programa de restablecimiento de energía de la compañía de luz local, de estar disponible.
 - Incorporen en lo planes de educación al paciente y su cuidador temas sobre la prevención y los signos de las enfermedades causadas por el calor.
- Considerar ajustar en el horario de atención de la clínica a horas más frescas. Dicha medida puede reducir el riesgo de exposición al calor de pacientes de camino a su cita. Identificar con anticipación cambios en el horario de atención puede garantizar una comunicación efectiva entre pacientes y autoridades locales.
- Considerar problemas de seguridad ocupacional. Asegúrese de que el personal tenga acceso a agua suficiente para hidratarse y cuente con un lugar fresco para trabajar y tomar descansos. Cuando aumenta la temperatura del lugar de trabajo, se pueden requerir descansos más frecuentes y mayor ingesta de agua.

Para más información sobre el uso energía sostenible y el desarrollo de un establecimiento de salud resiliente, consulte los siguientes recursos:

- OMS- [Establecimientos de Salud Resilientes al Clima y Ambientalmente Sostenibles - Orientaciones de la OMS](#)
- Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés [Cambio Climático y Eventos de Calor Extremo](#); [Calor y salud para profesionales de atención médica](#); [El calor extremo y su salud](#)
- Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH por sus siglas en inglés) [Herramienta \(App\) de seguridad contra el calor](#)

Esta guía fue adaptada del documento “Heatwave Guidance for Service Providers” (Guía sobre olas de calor para personal de servicios de salud) de NYC Health.

