

La Ciudad de Indianápolis comparte información sobre la seguridad ante el calor antes del primer día de 90 grados del año

INDIANÁPOLIS – Con la ola de calor esperada para la próxima semana, que traerá los primeros días de 90 grados del año a Indianápolis, se recuerda a los residentes las maneras de mantenerse seguros en el clima caluroso. A estas temperaturas, cualquier persona puede estar en riesgo de sufrir estrés por calor o agotamiento por calor. Las personas jóvenes, ancianas o que pasan mucho tiempo al aire libre están especialmente en riesgo.

Se anima a los residentes a tomar precauciones adicionales para protegerse a sí mismos y a quienes los rodean. Tengan en cuenta estos importantes consejos de seguridad:

- Manténganse hidratados. Beban mucha agua.
- Revisen a familiares y vecinos, especialmente a los ancianos y aquellos sin acceso a aire acondicionado.
- Eviten actividades extenuantes al aire libre. Si es posible, retrasen las tareas al aire libre hasta las horas de la tarde.
- Al trabajar afuera, usen ropa ligera y holgada. Tomen descansos frecuentes en la sombra o en una habitación con aire acondicionado.
- Conozcan los signos y síntomas del agotamiento por calor o golpe de calor. Si usted o alguien que conoce experimenta signos de golpe de calor, llame al 911 y actúe de inmediato para enfriar a la persona hasta que llegue la ayuda.
<https://media.graphassets.com/dP2JfvDfTOiC2xFKEqB6>.
- Mire antes de cerrar con llave: nunca deje a niños o mascotas desatendidos en un vehículo.
- Traiga a las mascotas adentro y asegúrese de que tengan mucha agua para beber. Se recuerda a los residentes que la ordenanza de la ciudad establece que las mascotas no deben estar afuera sin supervisión cuando la temperatura supera los 90° o hay un aviso de calor en efecto.
- Considere llevar un paraguas para sombra inmediata mientras esté afuera.

Aquellos que necesiten recursos no urgentes pueden llamar a Indiana 211 marcando el 2-1-1 o al 866-211-9966. Visite en línea en <https://in211.communityos.org/> (disponible en inglés únicamente). Puede encontrar información adicional sobre la seguridad ante el calor en el sitio web del Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) haciendo clic en el siguiente enlace: <https://blogs.cdc.gov/niosh-science-blog/2023/06/08/heat-stress-spanish/>

Centros de Enfriamiento Públicos:

Los edificios públicos, áreas de juegos con agua y piscinas estarán abiertos en toda la ciudad durante el horario comercial normal para ayudar a los residentes a mantenerse frescos, especialmente para aquellos sin aire acondicionado. Utilicen los enlaces a continuación para encontrar los horarios de los Centros Familiares de Indy Parks, Piscinas y Áreas de Juegos con Agua, así como los horarios de las ubicaciones de la Biblioteca Pública de Indianápolis.

<https://parks.indy.gov/es/programs-events/poolsandsplashpads/>
<https://parks.indy.gov/es/parks/>

<https://www.indypl.org/locations> (disponible en inglés únicamente)

La Ciudad de Indianápolis también quiere recordar a los residentes que hay maneras de mantenerse frescos mientras se disminuyen los costos de energía. Vea cómo puede reducir su factura de energía aquí: <https://www.indy.gov/activity/energy-efficiency-tips> (disponible en inglés únicamente). AES Indiana también proporciona varios apoyos para ayudar a los clientes a mantenerse cómodos y pagar sus facturas de energía, incluyendo la gestión de aire acondicionado CoolCents (<https://www.aesindiana.com/coolcentsr-air-conditioning-management> - disponible en inglés únicamente). Si los residentes necesitan asistencia con sus facturas de servicios públicos, los recursos de AES Indiana incluyen asistencia única del programa Power of Change, programas de asistencia comunitaria y balance de presupuesto. Visite en línea aquí: <https://www.aesindiana.com/payment-assistance> (disponible en inglés únicamente).

Siga a la Oficina de Sostenibilidad de Indy para recibir alertas como estas en línea: <https://x.com/SustainIndy/status/1802049130149146880> (disponible en inglés únicamente).