



# MONO COUNTY HEALTH DEPARTMENT

## Public Health

P.O. BOX 476, BRIDGEPORT, CA 93517 PHONE (760) 932-5580 • FAX (760) 932-5284  
P.O. BOX 3329, MAMMOTH LAKES, CA 93546 PHONE (760) 924-1830 • FAX (760) 924-1831

### Contato de medios:

Justin Caporusso/ Comunicaciones Caporusso  
[justin@caporussocommunications.com](mailto:justin@caporussocommunications.com)  
(916) 412-0571

## PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

### **El Departamento de Salud Pública del Condado de Mono urge a residentes y visitantes a mantenerse frescos durante la ola de calor de California**

**CONDADO DE MONO, Calif. (06 DE SEPTIEMBRE, 2022)** – Se espera una ola de calor con temperaturas peligrosamente altas continúe afectando a California esta semana. Salud Pública del Condado de Mono pide a los residentes y visitantes a tomar precauciones en un esfuerzo por ayudar a reducir el riesgo de problemas de salud relacionados con el calor.

Las olas de calor del verano pueden ser peligrosas. Una temperatura corporal muy alta puede dañar el cerebro y otros órganos vitales. Algunas condiciones de salud pueden dificultar que el cuerpo se mantenga fresco cuando hace calor. Estos incluyen la vejez, la obesidad, la fiebre, la deshidratación, las enfermedades cardíacas, la mala circulación, las quemaduras solares y el consumo de drogas y alcohol.

Cuando las temperaturas sean muy altas, asegúrese de:

- Beber mucha agua;
- Reducir la exposición al aire libre;
- Use ropa liviana y suelta;
- Programe cuidadosamente las actividades al aire libre y reduzca el ejercicio;
- Manténgase alejado del sol; y,
- Busque un lugar más fresco si su casa no tiene aire acondicionado.

El Departamento de Salud Pública de California (CDPH por sus siglas en inglés) “Consejos para prevenir enfermedades relacionadas con el calor” puede ser accesible [aquí](#). El Centro para el Control y la Prevención de enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) “Consejos para prevenir las enfermedades relacionadas con el calor” puede ser accesible [aquí](#).

Para obtener más información, preguntas o inquietudes, llame a Salud Pública del Condado de Mono al (760) 924-1830 o haga un seguimiento con su pediatra o proveedor médico.

-###-

