



El golpe de calor

El golpe de calor es la lesión de mayor gravedad. Por ello, se tratará como una urgencia médica y requiere que en el protocolo de primeros auxilios se establezcan medidas que garanticen una adecuada atención, ya que, de no tratarse urgentemente, puede provocar la muerte u ocasionar lesiones permanentes a la persona afectada.

Este síndrome se desencadena cuando el cuerpo pierde la capacidad para controlar su temperatura que se incrementa rápidamente, el mecanismo de sudoración falla y se pierde la capacidad de enfriarse, pudiéndose alcanzar en un corto periodo de tiempo (de 10 a 15 minutos) una temperatura corporal de 40 °C o más.

Los principales síntomas son:

- temperatura corporal muy alta que puede dar lugar a convulsiones.
- Confusión, alteración mental, dificultad para hablar, comportamiento irracional.
- Piel caliente y seca o sudoración abundante.
- Pérdida total o parcial del conocimiento.

El protocolo de primeros auxilios ante un golpe de calor incluirá las siguientes acciones:

- contactar con el 112 urgentemente.
- Ubicar a la persona afectada en una zona sombreada y fresca.
- Acompañar a la persona afectada hasta la llegada de los servicios de emergencia.
- Favorecer la bajada de la temperatura corporal:
 - retirar la ropa.
 - Abanicar para refrescar la piel.
 - Aplicar paños de agua fría en el rostro y la cabeza para reducir la temperatura del cerebro.
 - Refrescar con agua fresca el resto del cuerpo.
- No forzar a la persona a beber.

