

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA**Fecha:** 13 de julio de 2026, 2026

Contacto: Caroline Reinwald

Oficina: (414) 286-3780

Celular: (414) 308-5556

creinw@milwaukee.gov**El Departamento de Salud de la Ciudad de Milwaukee
insta a los residentes a tomar precauciones durante el aviso de calor**

MILWAUKEE – El Servicio Nacional de Meteorología ha emitido un Aviso de Calor para Milwaukee y gran parte del sur de Wisconsin, vigente desde las 12:00 p.m. del martes hasta las 8:00 p.m. del miércoles. Se espera que el índice de calor alcance valores entre los 90 grados altos y cerca de los 100 grados. Aunque se prevé que el aviso finalice la noche del miércoles, se pronostica que las condiciones de calor y humedad continuarán durante el resto de la semana.

Las condiciones del pronóstico pueden cambiar, por lo que se recomienda a los residentes mantenerse informados sobre los pronósticos locales y seguir las recomendaciones del Servicio Nacional de Meteorología.

Las condiciones meteorológicas pueden cambiar, por lo que se recomienda a los residentes mantenerse informados sobre los pronósticos más recientes y seguir las recomendaciones del Servicio Nacional de Meteorología.

Hay centros de enfriamiento disponibles en todo el condado de Milwaukee. Para consultar una lista actualizada de los centros de enfriamiento, obtener información sobre la seguridad durante el calor y conocer recursos para prevenir enfermedades relacionadas con el calor, visite Milwaukee.gov/HotWeatherSafety o llame al 2-1-1.

Cómo protegerse durante el calor extremo**Manténgase fresco**

- Limite las actividades al aire libre, especialmente durante las horas de más calor.
- Permanezca en lugares con aire acondicionado, como bibliotecas, centros comerciales o centros comunitarios.
- Si tiene aire acondicionado, asegúrese de que esté instalado y funcionando correctamente.
- Use ropa ligera, de colores claros y holgada.
- Tome duchas o baños con agua fresca, o utilice toallas húmedas y frías para ayudar a bajar la temperatura corporal.
- Los ventiladores pueden brindar algo de alivio, pero no deben considerarse el principal método para mantenerse fresco durante condiciones de calor extremo.

Manténgase hidratado

- Beba agua con frecuencia, aunque no tenga sed.
- Evite el alcohol y el consumo excesivo de cafeína, ya que pueden contribuir a la deshidratación.
- Anime a los niños, adultos mayores y otras personas con mayor riesgo a beber líquidos durante todo el día.

Protéjase y proteja a los demás

- Nunca deje a niños, adultos mayores o mascotas solos dentro de un vehículo. La temperatura en el interior de un automóvil estacionado puede alcanzar niveles mortales en cuestión de minutos.
- Revise cómo se encuentran sus vecinos mayores, familiares y otras personas que puedan necesitar ayuda para mantenerse frescas.
- Muchos centros públicos de enfriamiento están ubicados cerca de rutas del Sistema de Tránsito del Condado de Milwaukee (MCTS). Visite [RideMCTS.com](https://www.milwaukee.gov/RideMCTS) para obtener información sobre el transporte público.

Conozca las señales de las enfermedades relacionadas con el calor

El agotamiento por calor puede incluir:

- Sudoración intensa
- Debilidad o fatiga
- Mareos
- Náuseas
- Desmayo

El golpe de calor es una emergencia médica. Sus síntomas pueden incluir:

- Temperatura corporal elevada
- Piel caliente y seca o sudoración excesiva
- Confusión
- Pulso acelerado
- Pérdida del conocimiento

Llame al 911 de inmediato si una persona presenta señales de un golpe de calor.

Para obtener más información sobre cómo protegerse durante el clima caluroso, visite [Milwaukee.gov/HotWeatherSafety](https://www.milwaukee.gov/HotWeatherSafety).

###