

Centros de enfriamiento y COVID-19

Las altas temperaturas son una gran amenaza para la salud pública. La exposición a altas temperaturas o al calor extremo, humedad y mala calidad del aire pueden causar una variedad de problemas de salud, incluidas las enfermedades relacionadas con el calor, como el agotamiento por calor, insolación e incluso la muerte. Los Centros de enfriamiento son lugares designados para proporcionar alivio y protección durante las altas temperaturas para aquellos que no tienen un lugar fresco o un aire acondicionado. Es una forma en la que el Condado, las ciudades y los grupos sin fines de lucro protegen la salud del público durante los eventos de calor. Incluso a medida que aumenta la cobertura de vacunación en el Condado de Los Ángeles, las medidas de prevención siguen siendo necesarias, ya que el uso de los Centros de enfriamiento puede convertirse potencialmente en escenarios de mayor riesgo de transmisión de COVID-19 entre los visitantes y el personal.

1. ¿Qué es un Centro de enfriamiento?

Los Centros de enfriamiento son lugares en la comunidad donde puede refrescarse durante el clima caluroso, especialmente si no tiene acceso al aire acondicionado. Los Centros de enfriamiento incluyen instalaciones interiores con aire acondicionado que son propiedad del gobierno, como bibliotecas, centros comunitarios, y centros para personas mayores.

2. ¿Es seguro ir a los Centros de enfriamiento?

La salud y seguridad del personal y de los visitantes en los Centros de enfriamiento son nuestra máxima prioridad. El Condado ha desarrollado modificaciones en los planes de los Centros de enfriamiento para asegurar que puedan operar de manera segura en los momentos de altas temperaturas, y que cumplan con las órdenes actuales del Oficial de Salud. Estas precauciones incluyen:

- **Admisión.** Se hará un control de síntomas a todos los visitantes y al personal, que incluye los voluntarios, proveedores, contratistas u otros trabajadores que ingresen al Centro de enfriamiento. Se debe realizar un control de síntomas a todo el personal para detectar síntomas al comienzo de su turno.
- **Mascarillas.** Se requieren mascarillas para todos en un Centro de enfriamiento, independientemente del estado de vacunación contra el COVID-19. Ningún personal o invitado podrá ingresar a un Centro de enfriamiento sin una mascarilla, con excepción de niños menores de 2 años y aquellos a quienes su proveedor médico les haya indicado que no usen una mascarilla. Puede encontrar más información aquí: <http://ph.lacounty.gov/masks/#notwear>.
- **Comunicación.** Se colocarán carteles en todos los Centros de enfriamiento para recordar al personal y a los visitantes las acciones de protección clave que incluyen: la forma adecuada de usar mascarillas (cubriendo la nariz y la boca), lavarse las manos y cubrirse la boca cuando se estornuda y se tose.
- **Suministros de prevención.** El desinfectante de manos se colocará en las entradas y en las áreas comunes. Los baños estarán adecuadamente abastecidos con suministros para lavarse las manos con agua y jabón.
- **Comidas.** Habrá agua embotellada disponible. Se aconsejará a los visitantes que traigan sus propios alimentos y bebidas. Se permitirán entregas de alimentos. No habrá refrigerador ni un área de almacenamiento de alimentos. No se permitirá compartir comidas, excepto entre los miembros de un mismo hogar. A los visitantes que deseen comer o beber en el Centro de enfriamiento se les pedirá que coman o beban sólo mientras estén sentados en un área designada. Sólo se podrán quitar las mascarillas temporalmente mientras estén comiendo o bebiendo de forma continua. De lo contrario, deberán usar mascarillas en todo momento.
- **Limpieza.** Los Centros de enfriamiento seguirán las Guías de limpieza y desinfección del Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) para las instalaciones comunitarias y de limpieza si alguien está enfermo.

Centros de enfriamiento y COVID-19

3. ¿Por qué es importante pasar tiempo en lugares con aire acondicionado?

Durante el clima caluroso, particularmente después de varios días de calor constante y altas temperaturas durante la noche, pasar al menos unas horas en el aire acondicionado cada día puede ayudar a reducir el riesgo de enfermedades relacionadas con el calor. El aire acondicionado es especialmente importante si es una persona mayor, tiene niños muy pequeños o tiene [ciertas condiciones de salud](#).

4. ¿Qué es la enfermedad relacionada con el calor?

La enfermedad relacionada con el calor ocurre cuando el cuerpo no puede enfriarse. Las enfermedades relacionadas con el calor más comunes son el calor o el golpe de calor, el agotamiento por calor, los calambres por calor y el sarpullido por calor. [Obtenga más información sobre cómo identificar los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor y qué hacer](#).

5. ¿Qué otros pasos debo tomar para refrescarme durante el calor extremo?

Si no puede ir a un Centro de enfriamiento, intente cerrar las persianas y cortinas de las ventanas, beber mucha agua o líquidos sin alcohol y sin cafeína, tomar una ducha o un baño frío, limitar las actividades extenuantes y evitar usar una estufa u horno.

6. ¿A quién puedo contactar para obtener más información?

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con 211 para obtener ayuda.

Para más información

Para obtener más información y consejos, visite la página web *Manténgase saludable en el calor* del condado en <http://publichealth.lacounty.gov/eh/climatechange/ExtremeHeat.htm>.