

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.

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. ¿Están abiertos los centros de enfriamiento durante la pandemia?

Sí, porque muchos lugares, como bibliotecas, centros comunitarios y de recreación, y negocios privados como cafeterías, centros comerciales o cines, están temporalmente cerrados debido a la pandemia. Puede obtener información sobre un [centro de enfriamiento cerca de usted aquí](#), o puede llamar al 211.

3. ¿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 prioridad número uno. El Condado ha desarrollado modificaciones en los planes de los centros de enfriamiento con las ciudades para asegurar que puedan operar de manera segura en los momentos de altas temperaturas, y que cumplan con las órdenes y requisitos del Oficial de Salud sobre el distanciamiento físico (social) requerido. Estas precauciones incluyen:

- **Admisión.** El personal y los visitantes recibirán instrucciones de quedarse en casa si no se sienten bien. A cualquier persona que informe o muestre signos de enfermedad se le pedirá que se retire y que busque la atención médica adecuada.
- **Cobertores faciales.** No se permitirán invitados ni personal en los centros de refrigeración sin el uso de un cobertor facial, excepto en niños menores de 2 años.
- **Distanciamiento físico.** Se aconsejará al personal y a los visitantes que practiquen el distanciamiento físico (social) al permanecer a al menos a seis pies de distancia de las demás personas, a excepción de los miembros de su hogar. Se organizarán mesas, sillas y otra disposición física para garantizar un distanciamiento adecuado. La ocupación máxima se reducirá a al menos a la mitad para evitar el hacinamiento.

Centros de enfriamiento y COVID-19

- **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 los cobertores faciales (cubriendo la nariz y la boca), lavarse las manos, cubrirse la boca cuando se estornuda y se tose, y evitar tocarse la cara.
- **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 huéspedes 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.
- **Limpieza.** Los centros de enfriamiento seguirán los procedimientos de limpieza y desinfección. Las superficies que son tocadas frecuentemente, como manijas de puertas, pasamanos, mostradores, asientos, baños y pisos, se limpiarán con mayor frecuencia. La basura será recolectada y eliminada regularmente.

4. ¿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](#).

5. ¿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](#).

6. ¿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.

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

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

Centros de enfriamiento y COVID-19

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>.