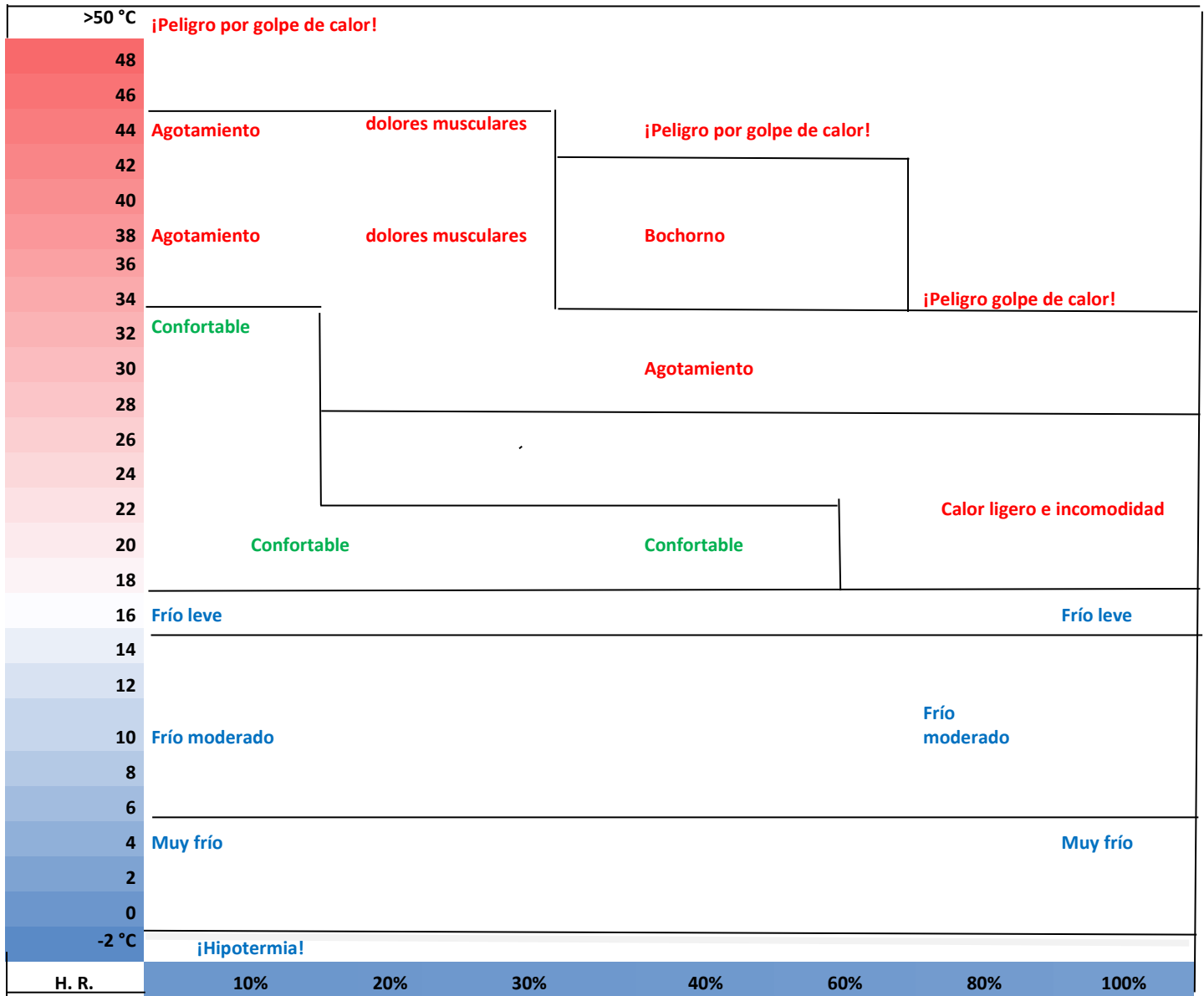


Boletín clima y salud para la Ciudad de México, agosto de 2017

SENSACIONES Y RIESGOS POR TEMPERATURA Y HUMEDAD RELATIVA, SEGÚN THOM.



ELABORÓ: JUAN CARLOS GÓMEZ ROJAS.

FUENTE: PARA COMPRENDER EL CLIMA. PUBLICACIONES CITEM, MÉXICO, 2002

En el Sur del Distrito Federal durante el mes de agosto la temperatura media es de 16.8 C y la humedad relativa de 70% por lo que el índice de confort marca una sensación de levemente frío, estas condiciones se dan concretamente hacia las horas de la mañana y hacia el atardecer.

Hacia el amanecer la temperatura media es de 11.7 C mientras que la humedad relativa es de 85% por lo que la sensación térmica será de frío moderado.

Mientras que, hacia la tarde, entre las 13 y 16 horas la temperatura puede alcanzar los 23.6 C y la humedad relativa bajar a 39% de tal manera que la sensación térmica será confortable. Aunque también suelen presentarse picos de temperatura elevada hasta de 27 o 28 °C., que bien pueden ocasionar cansancio y dolores musculares, sobre todo en personas que hacen actividades al aire libre y en adultos mayores.

Climáticamente, agosto es el mes de la canícula o también conocida como sequía intraestival, que se caracteriza por una disminución de las lluvias y cielos más despejados que en julio, por lo que se dan condiciones de cambios bruscos en la temperatura, a la par de chubascos repentinos durante el día, lo cual gripas y otras enfermedades del aparato respiratorio

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), aprecia infecciones respiratorias agudas (IRA's) en época de verano, como lo señala el Dr. Natividad Salomón Medina Carrillo, coordinador de Atención y Prevención a la Salud del propio IMSS.



Las IRA's primer causa de morbilidad en ancianos

Fuente: <http://www.notimundo.com.mx/salud/infecciones-respiratorias-agudas-primer-causa-de-muerte-en-ancianos/>

Señaló que es común que las personas salgan a la calle, exponiéndose a altas temperaturas, para luego entrar a algún edificio (tienda, oficina, dependencia) o a su vehículo, que cuenta con aire acondicionado, alterando con ello las vías respiratorias superiores y dando entrada a un proceso infeccioso, por el cambio brusco de temperatura.

El médico del IMSS indicó que durante el verano se presentan con frecuencia las enfermedades diarreicas agudas, seguidas por las infecciones respiratorias, que aunque son típicas del invierno, también en temporada de calor surgen algunos casos.



Los cambios bruscos de temperatura o tener ropa húmeda durante largos periodos de tiempo hace que las personas sean susceptibles de las enfermedades respiratorias

Fuente: <http://www.animalpolitico.com/2011/04/un-chapuzon-en-el-monumento-a-la-revolucion/>

Las IRA's en esta temporada se incrementan por los cambios bruscos de temperatura, refirió Medina Carrillo, al pasar de un clima caluroso a espacios con aire acondicionado, propiciando así la aparición de enfermedades que se manifiestan con rinitis, faringo-amigdalitis, faringitis o neumonías.

El coordinador médico del Seguro Social recomendó a la población evitar el cambio brusco de temperatura, protegerse del sol utilizando ropa de colores claros y preferentemente de tela de algodón, cubrirse la cabeza con gorra o sombrero, y sobre todo ingerir muchos líquidos para evitar una deshidratación (Fuente: <https://www.debate.com.mx/mexico/IMSS-Infecciones-respiratorias-se-presentan-en-verano-20150807-0296.html>).

Por lo que hace a la presencia de los rayos ultravioletas (UV), el índice puede superior el 10 y llegar incluso arriba del 12, o sea, muy altos o intenso hacia el

mediodía, por lo que hay que reiterar que es aconsejable usar blusa o camisa de manga larga, sombrero o gorra y usar lentes oscuros, el uso de crema anti UV no está de más, debiendo recordar que, por la altitud de la Ciudad de México (2,240 m. snm.) la radiación ultravioleta es hasta 40% mayor que al nivel del mar.

Elaboró: Lic. Rafael Salceda López correo electrónico: rsharlock@hotmail.com

Supervisó: Dr. Juan Carlos Gómez Rojas.