



No es necesario esperar décadas para notar las consecuencias del cambio climático. Cada año nos enfrentamos con mayores temperaturas en el verano, períodos más extensos de olas de calor y los inviernos son cada vez menos fríos, haciendo que las diferencias entre estaciones se desdibujen.

Según el Panel Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático (IPCC), los eventos climáticos extremos serán más frecuentes e intensos. Dentro de estos eventos se encuentran las olas de calor, definidas como períodos de tiempo anormalmente calurosos e incómodos. Cabe destacar que cada región, al poseer sus propias características climáticas, observará variaciones en sus períodos de calor. De acuerdo con el Ministerio de Salud de la República Argentina, estas temperaturas deberán superarse de manera simultánea por tres días para considerarse una ola de calor y que los valores de temperatura dependerán de cada localidad.

Conforme con la definición establecida por el Servicio Meteorológico Nacional (SMN), se desarrolla una ola de calor estival (entre octubre y marzo) en Buenos Aires, cuando las temperaturas mínimas se elevan por encima de los 22°C y las máximas superan los 32.3°C, haciendo que esta situación persista durante al menos 3 días consecutivos.

Con ello, podemos afirmar que los próximos veranos traerán olas de calor más frecuentes e intensas y, de acuerdo con el IPCC, la causa de este comportamiento climático y de las variaciones de otros eventos se atribuye directamente a las emisiones de Gases de Efecto Invernadero (GEI) de origen antrópico o por las actividades humanas.

¿Qué son los gases de efecto invernadero?

Para responder a esta pregunta debemos saber que la atmósfera terrestre es una mezcla de gases, en su mayoría «transparentes» al calor, es decir que no interactúan con él, mientras que una pequeña porción de los gases de esta mezcla tiene la capacidad de absorberlo. A estos se les da el nombre de gases de efecto invernadero (GEI).

Las emisiones de estos gases y su concentración en la atmósfera terrestre han aumentado a partir de la revolución industrial, lo que ha ocasionado lo que actualmente se conoce como cambio climático. Es importante aclarar que los eventos como olas de calor o inundaciones no son ocasionados directamente por este fenómeno global, sino que su frecuencia e intensidad

se ven alteradas y las características como cantidad de lluvia, temperatura promedio, serán diferentes a los valores históricos o conocidos.

Ante la llegada del verano, resulta fundamental entender y abordar los riesgos asociados con las temperaturas extremas. Las acciones que podemos tomar en este caso ante eventos como las olas de calor prolongadas e intensas son:

- Mantenerse bien hidratado.
- Cuidar especialmente a niños/as y adultos mayores.
- Evitar la exposición directa al sol.
- Elegir alimentos frescos.
- Usar ropa liviana y de colores claros.
- Evitar realizar deportes al aire libre con exposición solar o ante altas temperaturas en horarios diurnos

El aumento de calor prolongado y continuo de una ola de calor puede ocasionar efectos adversos como: dolor de cabeza, deshidratación, agotamiento, mareos y náuseas, presión baja y elevada temperatura corporal.

¿Qué hacer ante estos síntomas?

- Trasladar a la persona a un lugar fresco.
- Mantener la cabeza ligeramente elevada.
- Refrescar con agua la ropa y la cabeza.
- Proporcionar agua fresca o ligeramente salada.
- Acudir por atención médica.

Finalmente, conociendo que estos eventos son acentuados, aumentando su frecuencia en intensidad y su causa es el incremento de la cantidad de GEI en la atmósfera: ¿qué podemos hacer para frenar el Cambio Climático?

- Desenchufar los electrodomésticos que no estoy usando.
- Apagar la luz cuando me voy de un espacio iluminado.
- Priorizar abrir las cortinas para iluminar un espacio, en vez de prender las luces si no es del todo necesario.

- Encender el Aire Acondicionado a 24°C.
- Separar nuestros residuos
- Optar por movilizarnos en bicicleta o en transporte público antes que en el auto.
- Optar por productos que sean amigables con el ambiente.
- Reemplazar los focos incandescentes por focos LED.
- En la medida de lo posible, elegir electrodomésticos que presenten una mayor eficiencia energética.
- Reforestar con árboles y plantas.
- Cerrar la canilla cuando me cepillo los dientes.

Tengamos presentes estas precauciones y prácticas seguras para mantener nuestra comunidad saludable y protegida.