



## Alerta: intensa ola de calor se dejará sentir este fin de año en gran parte del territorio

### Description

La Dirección Meteorológica de Chile (DMC) anunció que a partir de hoy las temperaturas comenzarán a subir nuevamente en la zona central y sur, hasta llegar a máximas que rondarán 34 o más grados Celsius.

De acuerdo con la entidad, un dorsal en altura afectará el territorio nacional y permanecerá hasta la tarde y noche del 31 de diciembre.

Esto ocurrirá luego de que en la Navidad los termómetros llegaron a marcar 34,5 grados en la Región Metropolitana de Santiago y otras zonas del centro, posicionándose como la segunda más alta en estas fechas desde que se lleva este tipo de registros.

Las zonas más afectadas por el fenómeno climático serán Coquimbo, Valparaíso, Metropolitana, O'Higgins, Maule, Ñuble y Biobío, en las áreas de la precordillera de los Andes, la cordillera de La Costa y el litoral del Océano Pacífico, precisó la DMC.

Ante esta situación, el Servicio Nacional de Prevención y Respuesta ante Desastres (Senapred) emitió una serie de recomendaciones a la población para evitar el denominado golpe de calor.

Entre ellas figuran beber líquidos, aunque no se sienta sed, pero no en grandes cantidades en poco tiempo, evitar el consumo de comidas altas en calorías o muy azucaradas o con cafeína, y preferir las frutas y verduras.

Mantener vigilancia a niños, adultos mayores, personas con discapacidad o enfermedades crónicas, pues pueden deshidratarse con mayor facilidad, controlar la temperatura corporal, o asistir a un centro de salud si se observa confusión o somnolencia.

Otros consejos de la DMC son mantener el interior del hogar con una temperatura más baja que el exterior, tomar duchas frías o utilizar toallas humedecidas en brazos y cuello y manejar de manera adecuada los residuos, porque el calor acelera la descomposición de basura orgánica.

Además, los especialistas recomiendan evitar la exposición directa al sol entre las 11:00 y 17:00 horas porque esto puede elevar la sensación térmica hasta los 43 grados, sobre todo en los espacios donde no hay áreas verdes y abunda el cemento y asfalto.

Finalmente, piden no dejar nunca niños, personas mayores o mascotas dentro de un automóvil, aunque esté estacionado a la sombra, pues la temperatura interior puede elevarse en pocos minutos y alcanzar umbrales de peligro.

El Maipo/PL

**Date Created**

Diciembre 2025

www.elmaipo.cl